

	Hétfő 06.22	Kedd 06.23	Szerda 06.24	Csütörtök 06.25	Péntek 06.26
Tízórai	Tej (7;) EN:82.5kcal ZS:4.2g TZS:2.7g SZH:6.9g CK:6.9g FH:4.3g SÓ:0.2g Pulyka sonka (6;7;) EN:20.2kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SZH:0.8g CK:0.1g FH:2.4g SÓ:0.6g margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g lenmagos zsemle (1;) EN:161.0kcal ZS:1.8g TZS:0.1g SZH:30.5g CK:0.5g FH:4.4g SÓ:0.7g	Karamellás tej (7;) EN:79.8kcal ZS:2.3g TZS:1.4g SZH:9.9g CK:9.9g FH:4.5g SÓ:0.1g Trappista sajt (7;) EN:89.1kcal ZS:6.5g TZS:4.2g SZH:0.5g CK:0.0g FH:7.5g SÓ:0.6g Tönköly kifli (1;7;) EN:168.5kcal ZS:2.1g TZS:0.9g SZH:32.0g CK:1.4g FH:4.2g SÓ:0.6g	Tej (7;) EN:82.5kcal ZS:4.2g TZS:2.7g SZH:6.9g CK:6.9g FH:4.3g SÓ:0.2g Sajtos pogácsa (1;3;7;) EN:171.5kcal ZS:8.6g TZS:4.7g SZH:19.0g CK:0.7g FH:4.1g SÓ:1.1g	Gyümölcsös joghurt (7;) EN:82.5kcal ZS:1.4g TZS:1.0g SZH:13.8g CK:12.5g FH:3.8g SÓ:0.1g Korpás kifli (1;7;) EN:148.5kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:1.1g FH:5.0g SÓ:0.7g	Tejescávé (1;7;) EN:91.5kcal ZS:2.3g TZS:1.4g SZH:12.6g CK:11.9g FH:4.6g SÓ:0.2g Sonkás szelet EN:19.0kcal ZS:1.0g TZS:0.4g SZH:0.1g CK:0.0g FH:2.4g SÓ:0.5g margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g vizes zsemle (1;) EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g Kígyóuborka EN:3.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.5g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g
Ebéd	Fahéjas almaleves (1;7;) EN:113.0kcal ZS:3.1g TZS:1.7g SZH:19.6g CK:15.9g FH:1.0g SÓ:0.5g Chilis bab sertéshússal (1;) EN:240.7kcal ZS:12.4g TZS:3.8g SZH:18.9g CK:3.2g FH:13.7g SÓ:1.0g Rizs köret 1/2 EN:112.1kcal ZS:1.0g TZS:0.1g SZH:23.2g CK:0.0g FH:2.8g SÓ:0.4g	Magyaros tarhonyaleves (1;3;9;) EN:130.6kcal ZS:4.9g TZS:0.6g SZH:17.3g CK:0.3g FH:2.8g SÓ:0.9g Fasírt golyó (sütőben sütve) (1;6;) EN:125.8kcal ZS:8.4g TZS:1.4g SZH:6.5g CK:0.5g FH:5.5g SÓ:0.9g Kelkáposzta főzelék (1;) EN:125.9kcal ZS:3.3g TZS:0.3g SZH:17.5g CK:0.0g FH:6.0g SÓ:0.8g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:66.6kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:13.0g CK:0.0g FH:2.4g SÓ:0.3g	Tárkonyos Halgaluska leves (1;3;4;7;9;) EN:137.9kcal ZS:7.4g TZS:2.8g SZH:10.4g CK:2.1g FH:6.0g SÓ:1.5g Darás metélt (1;3;) EN:268.1kcal ZS:6.1g TZS:0.9g SZH:45.8g CK:0.9g FH:7.5g SÓ:0.9g Barack lekvár EN:48.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:11.6g CK:10.2g FH:0.1g SÓ:0.0g Porcukor szórat EN:41.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g körte EN:62.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:14.4g CK:1.8g FH:0.5g SÓ:0.0g	Zellerkrémleves galuskával (1;3;7;9;) EN:103.8kcal ZS:5.0g TZS:1.3g SZH:10.3g CK:1.6g FH:2.6g SÓ:1.1g Édes-savanyú csirkeragu (1;) EN:199.5kcal ZS:7.5g TZS:1.3g SZH:18.0g CK:7.8g FH:14.2g SÓ:1.1g Rizs köret EN:142.5kcal ZS:0.6g TZS:0.1g SZH:31.0g CK:0.0g FH:3.7g SÓ:0.9g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:66.6kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:13.0g CK:0.0g FH:2.4g SÓ:0.3g	Tojásleves (1;3;) EN:97.7kcal ZS:7.3g TZS:1.0g SZH:5.9g CK:0.0g FH:1.8g SÓ:0.7g Sajtos sertéskaraj (1;7;) EN:240.1kcal ZS:17.8g TZS:5.0g SZH:5.4g CK:0.3g FH:14.4g SÓ:1.1g Tört burgonya (7;) EN:174.2kcal ZS:3.1g TZS:1.1g SZH:28.8g CK:1.2g FH:4.5g SÓ:0.8g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:50.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:9.8g CK:0.0g FH:1.8g SÓ:0.3g Házi káposztasaláta EN:32.5kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:6.9g CK:4.0g FH:0.8g SÓ:0.7g
Uzsonna	Házi trappista sajtkrém (7;) EN:30.7kcal ZS:2.0g TZS:1.3g SZH:1.4g CK:0.6g FH:1.7g SÓ:0.1g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SÓ:0.7g Paprika EN:9.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Pritaminos túrókrém (7;) EN:31.5kcal ZS:1.8g TZS:1.2g SZH:1.3g CK:1.3g FH:2.3g SÓ:0.5g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SÓ:0.7g alma EN:52.5kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:6.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	Álom sonka EN:19.8kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:0.7g CK:0.1g FH:3.4g SÓ:0.5g margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Teljeskiőrlésű zsemle (1;6;) EN:153.7kcal ZS:1.0g TZS:0.1g SZH:31.2g CK:0.7g FH:5.9g SÓ:0.8g Rágórépa EN:12.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.5g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Edami sajt (7;) EN:94.8kcal ZS:7.0g TZS:4.8g SZH:0.6g CK:0.6g FH:7.8g SÓ:0.2g margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g fehér kenyér (1;6;) EN:96.4kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:19.2g CK:0.6g FH:3.4g SÓ:0.6g Pritamin paprika EN:7.4kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.3g CK:1.2g FH:0.2g SÓ:0.0g	Túrós batyu (1;6;7;) EN:175.0kcal ZS:7.5g TZS:3.8g SZH:25.0g CK:8.0g FH:2.9g SÓ:0.1g alma EN:52.5kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:6.0g FH:0.6g SÓ:0.0g

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk.

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia: kcal/adag); ZS(zsír: g/adag); TZS(telített zsírsav: g/adag); SZH(szénhidrát: g/adag); CK(cukor: g/adag); FH(fehérje: g/adag); SÓ(só: g/adag); CA(kalcium: mg/adag). Allergének: 1-Glutén; 2-Rákfélék; 3-Tojás; 4-Halal; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csillagfürt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.