

	Hétfő 07.27	Kedd 07.28	Szerda 07.29	Csütörtök 07.30	Péntek 07.31
Reggeli	Tej (7;) EN:132.0kcal ZS:4.5g TZS:3.0g SZH:14.1g FH:8.7g SÓ:0.3g Gépsonka EN:58.5kcal ZS:2.3g TZS:0.9g SZH:1.6g CK:0.1g FH:8.0g SÓ:1.2g Margarin EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.2g Teljeskiőrlésű zsemle (1;) EN:117.5kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:23.5g CK:0.1g FH:4.2g SÓ:0.7g Kígyóborka EN:7.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.0g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	Citromos tea EN:28.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Réteges joghurt (7;) EN:144.0kcal ZS:4.5g TZS:2.7g SZH:23.1g CK:22.5g FH:5.3g SÓ:0.0g Kifli (1;7;) EN:219.2kcal ZS:3.1g TZS:1.2g SZH:40.7g CK:2.2g FH:5.8g SÓ:0.9g	Tej (7;) EN:132.0kcal ZS:4.5g TZS:3.0g SZH:14.1g FH:8.7g SÓ:0.3g Méz EN:45.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:12.4g CK:12.3g FH:0.0g SÓ:0.0g Margarin EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.2g Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g	Limonádé EN:26.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.1g CK:5.8g FH:0.1g SÓ:0.0g Szendvicssonka EN:34.8kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:1.1g FH:6.0g SÓ:0.5g Margarin EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.2g Vizes zsemle (1;) EN:250.0kcal ZS:0.8g TZS:0.4g SZH:60.0g CK:0.2g FH:7.8g SÓ:1.1g Kaliforniai paprika EN:18.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.8g CK:1.4g FH:0.8g SÓ:0.0g	Gyümölcs tea (12;) EN:28.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Gyümölcsjoghurt (7;) EN:103.8kcal ZS:2.5g TZS:1.4g SZH:13.8g CK:13.8g FH:3.1g SÓ:0.1g Stangli (1;7;) EN:231.3kcal ZS:1.7g TZS:0.9g SZH:45.9g CK:2.2g FH:7.0g SÓ:0.7g
Ebéd	Legényfogó leves (1;7;) EN:252.9kcal ZS:14.8g TZS:5.1g SZH:8.7g CK:2.0g FH:19.3g SÓ:3.0g Piskóta kocka 50 gr (1;3;) EN:146.0kcal ZS:2.5g TZS:0.5g SZH:9.8g CK:11.7g FH:4.3g Csokoládé öntet (7;) EN:172.7kcal ZS:3.2g TZS:1.9g SZH:28.5g CK:18.1g FH:6.4g SÓ:0.3g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Zöldséges sajtgaluska leves (1;3;7;9;) EN:86.6kcal ZS:4.5g TZS:2.3g SZH:7.1g CK:3.5g FH:4.0g SÓ:1.4g Sertéspörkölt (1;) EN:231.0kcal ZS:13.5g TZS:3.0g SZH:7.0g CK:0.1g FH:18.9g SÓ:1.7g Szárzabab főzelék (1;7;) EN:364.4kcal ZS:12.2g TZS:3.3g SZH:39.0g CK:9.3g FH:15.7g SÓ:1.7g Fehér kenyér (1;) EN:240.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:47.8g CK:0.2g FH:8.6g SÓ:1.3g	Tarhonyaleves (1;9;12;) EN:234.0kcal ZS:9.7g TZS:3.0g SZH:28.0g CK:3.6g FH:5.9g SÓ:1.2g Natúr vagdalt (Ripp-ropp) (1;3;6;) EN:409.8kcal ZS:32.4g TZS:5.1g SZH:22.0g CK:0.6g FH:8.5g SÓ:1.7g Parajfőzelék (1;7;) EN:238.2kcal ZS:12.2g TZS:5.4g SZH:22.4g CK:6.0g FH:8.0g SÓ:1.2g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Vegyes gyümölcsleves (1;7;) EN:164.3kcal ZS:2.7g TZS:1.7g SZH:31.2g CK:24.5g FH:2.7g SÓ:0.8g Panírozott halrúd (1;4;) EN:435.9kcal ZS:30.7g TZS:3.2g SZH:24.3g CK:0.8g FH:14.1g SÓ:0.7g Burgonyapüré (7;12;) EN:265.6kcal ZS:5.6g TZS:2.6g SZH:41.5g CK:4.6g FH:8.0g SÓ:1.6g Csiki mártás * (3;7;10;) EN:79.1kcal ZS:4.3g TZS:1.4g SZH:9.1g CK:6.6g FH:1.4g SÓ:0.6g	Karfioleves (1;7;) EN:202.9kcal ZS:12.0g TZS:2.5g SZH:17.6g CK:2.2g FH:5.1g SÓ:2.0g Bolognai spagetti sertés (1;) EN:468.2kcal ZS:14.6g TZS:3.1g SZH:56.8g CK:6.9g FH:26.3g SÓ:1.5g Reszelt sajt (7;) EN:69.4kcal ZS:5.4g TZS:3.4g SZH:0.4g CK:0.4g FH:5.2g SÓ:0.3g Körte EN:93.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:21.6g CK:2.7g FH:0.7g SÓ:0.0g
Ebéd B	Hamis gulyásleves (1;3;9;12;) EN:239.6kcal ZS:12.1g TZS:1.6g SZH:24.4g CK:0.6g FH:5.6g SÓ:1.0g Kukoricás sertésragu (1;7;) EN:287.5kcal ZS:15.2g TZS:3.7g SZH:13.2g CK:4.3g FH:22.4g SÓ:1.2g Főtt tészta (1;) EN:345.5kcal ZS:8.6g TZS:1.0g SZH:57.4g CK:2.8g FH:10.0g SÓ:1.4g	Brokkoli krémleves (1;7;) EN:99.6kcal ZS:5.1g TZS:3.0g SZH:8.9g CK:0.6g FH:4.0g SÓ:3.0g Piritott zsemle kocka (1;) EN:79.7kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:15.5g CK:0.3g FH:2.8g SÓ:0.4g Natúr csirkemell szelet EN:163.1kcal ZS:6.7g TZS:1.4g SZH:0.6g CK:0.5g FH:23.5g SÓ:1.0g Burgonyapüré (7;12;) EN:265.6kcal ZS:5.6g TZS:2.6g SZH:41.5g CK:4.6g FH:8.0g SÓ:1.6g Barack befőtt EN:43.2kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:11.6g CK:10.6g FH:0.4g SÓ:0.0g	Húsleves (9;) EN:76.3kcal ZS:1.6g TZS:0.5g SZH:8.1g CK:2.8g FH:6.7g SÓ:1.0g Levesbetét tészta (1;) EN:153.1kcal ZS:9.4g TZS:1.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.4g Húsgombóc (szárnyas) (3;) EN:271.1kcal ZS:9.9g TZS:1.9g SZH:24.0g CK:0.0g FH:21.1g SÓ:1.1g Paradicsom mártás (1;9;) EN:251.2kcal ZS:3.1g TZS:0.3g SZH:46.1g CK:25.3g FH:6.7g SÓ:0.8g	Frankfurtileves (1;7;12;) EN:352.3kcal ZS:24.6g TZS:6.7g SZH:21.1g CK:0.5g FH:10.4g SÓ:2.6g Mákos guba (1;7;) EN:536.1kcal ZS:12.3g TZS:3.9g SZH:86.6g CK:26.0g FH:16.6g SÓ:1.5g Vanília öntet (1;7;) EN:95.3kcal ZS:2.3g TZS:1.4g SZH:13.2g CK:7.9g FH:5.0g SÓ:0.2g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Rántott leves (1;) EN:89.1kcal ZS:7.7g TZS:0.9g SZH:3.9g CK:0.3g FH:0.5g SÓ:0.0g Fasírt golyó (1;6;) EN:459.5kcal ZS:37.1g TZS:5.3g SZH:16.3g CK:1.3g FH:13.8g SÓ:2.2g Cukkini főzelék (1;7;) EN:137.5kcal ZS:4.6g TZS:2.6g SZH:18.4g CK:1.9g FH:4.8g SÓ:1.2g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g Körte EN:93.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:21.6g CK:2.7g FH:0.7g SÓ:0.0g
Vacsora	Natúr joghurt (7;) EN:91.5kcal ZS:5.3g TZS:3.4g SZH:5.7g CK:5.7g FH:4.9g SÓ:0.1g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:53.0g CK:0.4g FH:6.8g SÓ:1.6g	Füstölt csirkemell sonka EN:45.0kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:2.5g CK:0.3g FH:8.0g SÓ:1.4g mini margarin (12;) EN:63.0kcal ZS:7.0g TZS:1.4g SÓ:0.0g	Házi sertéshúskrém (7;) EN:78.6kcal ZS:5.6g TZS:2.6g SZH:1.6g CK:1.3g FH:5.2g SÓ:0.4g Korpás zsemle (1;6;) EN:282.1kcal ZS:1.6g TZS:0.1g SZH:53.8g CK:2.0g FH:9.5g SÓ:1.1g	Vaníliai krémtúró (7;) EN:178.4kcal ZS:9.6g TZS:5.7g SZH:14.2g CK:13.2g FH:8.4g SÓ:0.0g Teljeskiőrlésű stangli (1;) EN:126.5kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.2g SÓ:0.6g	Marha párizsi EN:120.0kcal ZS:10.5g TZS:4.2g SZH:0.9g CK:0.3g FH:5.5g SÓ:0.9g mini margarin (12;) EN:63.0kcal ZS:7.0g TZS:1.4g 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-Rákkfélek; 3-Tojás; 4-Halal; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfűt; 14-Puhatestűek. * - édesítésszert tartalmaz.

Hétfő
07.27Kedd
07.28Szerda
07.29Csütörtök
07.30Péntek
07.31

Vacsora

Császárszemle (1;6;)EN:305.4kcal ZS:3.4g TZS:0.1g SZH:58.9g CK:1.1g
FH:9.4g SÓ:1.2g**TV paprika**EN:18.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.8g CK:0.0g
FH:0.8g SÓ:0.0g**Zöldhagyma**

EN:15.2kcal ZS:0.1g SZH:0.4g FH:0.9g

Vizes zsemle (1;)EN:250.0kcal ZS:0.8g TZS:0.4g SZH:60.0g CK:0.2g
FH:7.8g SÓ:1.1g**Paradicsom**EN:13.8kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:0.0g
FH:0.6g SÓ:0.0g