

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Vajkrém, magyaros (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Kakaóscsiga (1;3;7)	Kenőmájas (6) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Löncshús Magvas zsemle (1) Kígyóborka	Soproni felvágott Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Hónapos retek
EN:300 ZS:13,1 TZS:7,0 FH:4,8 SZH:38,9 CK:1,2 SO:1,5	EN:255 ZS:8,6 TZS:2,7 FH:5,3 SZH:37,2 CK:12,3 SO:0,3	EN:281 ZS:10,4 TZS:3,2 FH:8,2 SZH:37,2 CK:0,6 SO:1,6	EN:221 ZS:5,4 TZS:1,8 FH:9,1 SZH:29,7 CK:0,8 SO:1,4	EN:311 ZS:13,3 TZS:3,8 FH:7,4 SZH:38,8 CK:1,4 SO:1,8
Csirkeraguleves (1;9;12) Sajtos-tejfölös spagetti (1;7)	Lebbencsleves (1;9;12) Zöldbabfőzelék (1;7;12) Sültkolbász Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma	Fokhagymakrémleves (1;7;12) Levesgyöngy (1;3;7) Sült csirkecomb-mustáros (10) Bulgur (1;7) Uborkasaláta	Csontleves (1;9;12) Burgonya féladag (12) Fahéjas almamártás (1;7) Főtt sertéshús	Olasz zöldségleves (1;9;12) Főtt burgonya (12) Miskolci sertésapró (1) Szilva
EN:506 ZS:23,8 TZS:7,5 FH:18,4 SZH:52,7 CK:3,1 SO:2,4	EN:647 ZS:34,9 TZS:12,9 FH:14,8 SZH:64,5 CK:3,0 SO:3,5	EN:637 ZS:26,4 TZS:7,8 FH:28,6 SZH:69,0 CK:14,4 SO:4,4	EN:548 ZS:12,8 TZS:5,5 FH:30,7 SZH:71,2 CK:22,3 SO:2,2	EN:528 ZS:15,8 TZS:3,0 FH:22,5 SZH:66,8 CK:3,1 SO:3,4
Liga margarin Korpás zsemle (1) Tv paprika	Sajtkrém natúr (7) Fehér kenyér (1;6)	Túrókrém kapos (7) Korpás zsemle (1)	Natúr joghurt (7) Teljeskiőrlésű kifli (1;6)	Csicseriborsókrém (7;12) zsemle vizes (1)
EN:188 ZS:3,9 TZS:0,9 FH:5,5 SZH:30,5 CK:1,1 SO:0,7	EN:209 ZS:5,4 TZS:3,1 FH:7,7 SZH:31,3 CK:0,8 SO:1,1	EN:206 ZS:3,8 TZS:1,9 FH:9,7 SZH:30,8 CK:2,2 SO:1,2	EN:208 ZS:5,3 TZS:2,9 FH:9,8 SZH:31,2 CK:6,3 SO:0,7	EN:235 ZS:2,6 TZS:1,1 FH:9,6 SZH:42,1 CK:1,6 SO:0,7

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számított energia; kcal/adag), **ZS** (zsír; g/adag), **TZS** (telített zsírsav; g/adag), **FH** (fehérje; g/adag), **SZH** (szénhidrát; g/adag), **CK** (cukor; g/adag), **SÓ** (só; g/adag)
 Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
 10 - Mustár; 11 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Zöldséges szelet Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika EN:285 ZS:10,2 TZS:2,8 FH:7,1 SZH:39,2 CK:0,7 SO:2,0	Finom fonott kalács (1;3;6;7) Delma multivitaminos margarin EN:244 ZS:10,5 TZS:3,5 FH:5,5 SZH:34,0 CK:5,5 SO:0,5	Lapka sajt (7) Delma joghurtos margarin (7) Vizes zsemle (1) EN:211 ZS:6,9 TZS:1,8 FH:5,2 SZH:31,4 CK:1,1 SO:0,1	Sertéspárizsi Margarin Rozsos kenyér (1;6) Kígyóuborka EN:247 ZS:8,7 TZS:3,0 FH:8,7 SZH:32,1 CK:0,6 SO:1,6	Főtt tojáskarika (3) Magvas zsemle (1) Liga margarin EN:231 ZS:7,0 TZS:1,8 FH:8,7 SZH:28,8 CK:0,5 SO:0,8
Zöldborsóleves (1) Tejszínes gombás csirkemell (1;7;12) Párolt rizs EN:611 ZS:18,6 TZS:3,3 FH:27,6 SZH:82,6 CK:0,9 SO:2,5	Reszelttészta leves (1;9;12) Sertéspörkölt (1;12) Zabpelyhes paradicsomos káposzta (1) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma EN:709 ZS:27,5 TZS:3,7 FH:25,3 SZH:85,8 CK:18,9 SO:4,7	Vegyes gyümölcsleves (1;7) Rántott halfilé (1;3;4) Petrezselymes burgonya (7;12) Csemege uborka (10) EN:850 ZS:37,0 TZS:6,7 FH:25,4 SZH:96,8 CK:22,3 SO:5,3	Hamis gulyásleves (1;9;12) Rizses húsgombóc (1;3) Tejfölös karfiolfőzelék (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) EN:556 ZS:24,2 TZS:3,8 FH:18,4 SZH:61,7 CK:1,1 SO:3,7	Májgaluska leves (1;3;9;12) Bolognai spagetti sajttal (1;12) Nektarin EN:684 ZS:27,4 TZS:7,1 FH:27,5 SZH:80,1 CK:4,1 SO:3,5
Túrókrém ananászos (7) Fehér kenyér (1;6) EN:224 ZS:3,8 TZS:2,0 FH:9,8 SZH:36,0 CK:5,5 SO:1,0	Füstölt sajtkrém (7) Magvas zsemle (1) Hónapos retek EN:303 ZS:14,3 TZS:7,2 FH:10,0 SZH:29,7 CK:1,0 SO:1,0	Szendvicssonka Teljes kiőrlésű kenyér (1) Liga margarin EN:254 ZS:7,0 TZS:1,7 FH:7,9 SZH:38,1 CK:1,1 SO:1,9	Kefir (7) Korpás kifli (1;7) EN:146 ZS:1,6 TZS:0,1 FH:4,7 SZH:27,4 CK:1,2 SO:0,0	Vajkrém répas (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:295 ZS:12,4 TZS:6,5 FH:4,8 SZH:39,1 CK:1,2 SO:1,4

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számított energia; kcal/adag), **ZS** (zsír; g/adag), **TZS** (telített zsírsav; g/adag), **FH** (fehérje; g/adag), **SZH** (szénhidrát; g/adag), **CK** (cukor; g/adag), **SÓ** (só; g/adag)
 Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Toust szelet Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:252 ZS:7,0 TZS:1,7 FH:6,2 SZH:39,0 CK:0,7 SO:1,9	Mákos búrkifli (1;6) EN:232 ZS:10,1 TZS:4,3 FH:4,0 SZH:24,1 CK:11,3 SO:0,2	Pulyka sonkaszelet Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:274 ZS:9,7 TZS:2,2 FH:7,1 SZH:38,1 CK:0,7 SO:1,9	Trappista sajt (7) Delma joghurtos margarin (7) zsemle vizes (1) EN:301 ZS:13,6 TZS:6,3 FH:12,6 SZH:31,2 CK:0,9 SO:0,3	Tonhalkrém (4;6;7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:306 ZS:12,6 TZS:3,9 FH:9,4 SZH:37,1 CK:0,6 SO:1,4
Tarhonyaleves burgonyával (1;12) Tejfölös-kukoricás csirkeragu (1;7;12) Petrezselymes rizs EN:647 ZS:27,4 TZS:6,8 FH:23,9 SZH:73,3 CK:2,7 SO:3,9	Daragaluskaleves (1;3;9;12) Rakott kelkáposzta (7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma EN:559 ZS:17,7 TZS:5,3 FH:27,5 SZH:69,0 CK:1,1 SO:4,4	Karotta krémleves pirított tökmaggal (1;7) Fokhagymás aprópecsenye (12) Petrezselymes burgonya (7;12) Káposztasaláta EN:506 ZS:16,7 TZS:5,4 FH:22,6 SZH:59,8 CK:11,3 SO:4,1	Libacsontleves csigatésztával (1;3;9;12) Zöldborsófőzelék (1;7) Csirkemell falatkák (1) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Kis linzer (1) EN:777 ZS:33,0 TZS:8,3 FH:22,5 SZH:84,0 CK:13,0 SO:3,2	Palócleves pulykahúsból (1;7;10;12) Mákostészta (1) Alma EN:595 ZS:18,6 TZS:4,2 FH:22,9 SZH:82,3 CK:4,2 SO:5,1
Liga maragrin Burgonyás kenyér (1;6;12) Paradicsom EN:203 ZS:4,4 TZS:1,0 FH:5,5 SZH:33,9 CK:0,4 SO:1,1	Körözött tehéntúróból (7) Magvas zsemle (1) EN:261 ZS:9,0 TZS:4,2 FH:10,2 SZH:30,1 CK:1,7 SO:0,9	Szezámagos sajtkrém (7;11) Fehér kenyér (1;6) EN:213 ZS:5,3 TZS:2,4 FH:7,6 SZH:32,5 CK:2,0 SO:1,5	Olasz felvágott Margarin Fehér kenyér (1;6) Tv paprika EN:249 ZS:8,6 TZS:2,8 FH:9,2 SZH:32,3 CK:0,5 SO:1,7	Gyümölcsjoghurt (7) kifli tejes (1;6;7) EN:221 ZS:3,4 TZS:1,3 FH:8,7 SZH:37,9 CK:11,9 SO:0,5

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számított energia; kcal/adag), **ZS** (zsír; g/adag), **TZS** (telített zsírsav; g/adag), **FH** (fehérje; g/adag), **SZH** (szénhidrát; g/adag), **CK** (cukor; g/adag), **SÓ** (só; g/adag)
 Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfitek; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Zöldfűszeres sajtkrém (7) Magvas kenyér (1;6)	Zala felvágott Delma light margarin Rozsos kenyér (1;6)	Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom	Pórés tojáskrém (3;7;10) Magvas kenyér (1;6)	Baromfipárizsi Teljes kiőrlésű kenyér (1) Delma multivitaminos margarin Hónapos retek
EN:263 ZS:11,8 TZS:5,6 FH:8,6 SZH:29,6 CK:1,2 SO:1,4	EN:246 ZS:8,7 TZS:3,0 FH:9,1 SZH:31,5 CK:0,7 SO:1,7	EN:228 ZS:5,7 TZS:1,1 FH:4,3 SZH:37,9 CK:0,6 SO:1,3	EN:254 ZS:10,6 TZS:3,6 FH:9,0 SZH:29,7 CK:0,6 SO:1,4	EN:314 ZS:12,8 TZS:3,3 FH:8,1 SZH:39,8 CK:0,8 SO:1,7
Meggy leves (1;7) Nyári zöldséges apróhús (12) Kuszkusz (1;7)	Köménymagos rántottleves (1) Ízes aprópecsenye (12) Burgonyafőzelék (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma	Zelleres burgonyaleves (1;9;12) Piritott zsemlekočka (1) Rántott csirkemell (1;3;7) Párolt rizs Vegyes saláta	Kertészleves gazdagon (1;9;12) Karlábé főzelék (1;7) Húsgombóc (3;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Szilva	Kelkáposztaleves rudacskával (1;7;12) Darásmetelt (1) Sárgabarack
EN:660 ZS:22,3 TZS:6,1 FH:24,9 SZH:92,7 CK:29,2 SO:4,1	EN:738 ZS:29,0 TZS:5,7 FH:26,8 SZH:84,5 CK:1,6 SO:3,5	EN:1058 ZS:43,0 TZS:6,9 FH:32,1 SZH:131,8 CK:9,7 SO:4,4	EN:604 ZS:22,8 TZS:6,9 FH:21,1 SZH:77,3 CK:10,2 SO:3,2	EN:695 ZS:27,4 TZS:6,9 FH:17,8 SZH:91,7 CK:18,0 SO:4,7
Natúr húskenyér Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldhagyma	Szezámos-lenmagvas kifli (1;7;11) Kockasajt, natúr (7)	Petrezselymes túrókrém (7) Császárszemle (1;6)	Burgonyás pogácsa (1;3;7)	Natúr joghurt (7) Korpás kifli (1;7)
EN:343 ZS:16,7 TZS:5,2 FH:7,2 SZH:38,7 CK:0,6 SO:1,9	EN:217 ZS:8,6 TZS:2,3 FH:7,1 SZH:26,2 CK:2,7 SO:0,5	EN:219 ZS:6,2 TZS:3,0 FH:9,4 SZH:31,0 CK:1,0 SO:1,3	EN:207 ZS:11,0 TZS:3,2 FH:4,2 SZH:25,8 CK:0,7 SO:1,2	EN:228 ZS:6,0 TZS:2,9 FH:9,6 SZH:33,1 CK:6,9 SO:0,0

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számított energia; kcal/adag), **ZS** (zsír; g/adag), **TZS** (telített zsírsav; g/adag), **FH** (fehérje; g/adag), **SZH** (szénhidrát; g/adag), **CK** (cukor; g/adag), **SÓ** (só; g/adag)
 Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.