

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Gyümölcsös tea Vajkrém, magyaros (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:235 ZS:8,9 TZS:4,7 FH:3,4 SZH:33,8 CK:6,9 SO:1,0	Tejeskávé (1;7) Fahéjas kifli (1;3;7) EN:427 ZS:7,5 TZS:1,1 FH:10,8 SZH:78,4 CK:38,9 SO:0,9	Limonádé Kenőmájas (6) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:247 ZS:7,6 TZS:2,4 FH:6,0 SZH:36,9 CK:10,5 SO:1,2	Tej 1,5% (7) Löncshús Magvas zsemle (1) Kígyóuborka EN:251 ZS:5,4 TZS:2,2 FH:10,7 SZH:34,0 CK:5,3 SO:1,2	Citromos tea Soproni felvágott Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:248 ZS:9,6 TZS:2,8 FH:5,4 SZH:33,4 CK:6,7 SO:1,3
Csirkeraguleves (1;9;12) Sajtos-tejfölös spagetti (1;7) EN:436 ZS:20,8 TZS:6,9 FH:16,1 SZH:44,6 CK:2,8 SO:2,0	Lebbencsleves (1;9;12) Zöldbabfőzelék (1;7;12) Sültkolbász Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma EN:524 ZS:28,8 TZS:10,6 FH:11,9 SZH:51,2 CK:2,3 SO:2,8	Fokhagymakrémleves (1;7;12) Levesgyöngy (1;3;7) 100 %-os halrudacska (1;4) Főtt burgonya (12) Uborkasaláta EN:523 ZS:23,4 TZS:5,0 FH:13,3 SZH:59,7 CK:6,0 SO:3,7	Csontleves (1;9;12) Burgonya féladag (12) Fahéjas almamártás (1;7) Főtt sertéshús EN:439 ZS:10,2 TZS:4,4 FH:25,0 SZH:56,6 CK:16,7 SO:1,6	Olasz zöldségleves (1;9;12) Főtt burgonya (12) Miskolci sertésapró (1) Szilva EN:429 ZS:13,3 TZS:2,5 FH:18,6 SZH:52,8 CK:2,6 SO:2,9
Liga margarin Korpás zsemle (1) Tv paprika EN:179 ZS:2,9 TZS:0,6 FH:5,5 SZH:30,5 CK:1,1 SO:0,7	Sajtkrém natúr (7) Fehér kenyér (1;6) EN:166 ZS:3,7 TZS:2,1 FH:6,1 SZH:26,0 CK:0,6 SO:0,9	Túrókrém kapos (7) Korpás zsemle (1) EN:199 ZS:3,4 TZS:1,6 FH:9,1 SZH:30,6 CK:2,1 SO:1,1	Natúr joghurt (7) Teljeskiőrlésű kifli (1;6) EN:208 ZS:5,3 TZS:2,9 FH:9,8 SZH:31,2 CK:6,3 SO:0,7	Csicskeriborsókrém (7;12) zsemle vizes (1) Paradicsom EN:228 ZS:2,3 TZS:0,9 FH:9,1 SZH:41,4 CK:1,5 SO:0,6

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
Limonádé Zöldséges szelet Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika EN:246 ZS:6,9 TZS:1,8 FH:5,1 SZH:38,6 CK:10,6 SO:1,4	Kakaó (7) Finom fonott kalács (1;3;6;7) Delma multivitaminos margarin EN:286 ZS:10,1 TZS:4,2 FH:8,5 SZH:39,4 CK:15,3 SO:0,5	Mézes tea Lapka sajt (7) Delma joghurtos margarin (7) Vizes zsemle (1) EN:216 ZS:4,9 TZS:1,3 FH:5,2 SZH:36,9 CK:6,6 SO:0,1	Tej 1,5% (7) Sertéspárizsi Margarin Rozsos kenyér (1;6) Kígyóuborka EN:249 ZS:8,1 TZS:3,3 FH:10,0 SZH:31,3 CK:5,1 SO:1,4	Gyümölcsös tea Főtt tojáskarika (3) Magvas zsemle (1) Liga margarin EN:235 ZS:5,2 TZS:1,3 FH:7,6 SZH:34,9 CK:6,6 SO:0,8
Zöldborsóleves (1) Tejszínes gombás csirkemell (1;7;12) Párolt rizs EN:483 ZS:15,1 TZS:2,7 FH:22,7 SZH:63,4 CK:0,8 SO:2,0	Reszelttészta leves (1;9;12) Sertéspörkölt (1;12) Zabpelyhes paradicsomos káposzta (1) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma EN:594 ZS:23,4 TZS:3,2 FH:21,4 SZH:71,0 CK:16,2 SO:4,0	Vegyes gyümölcsleves (1;7) Fokhagymás aprópecsenye (12) Petrezselymes burgonya (7;12) Csemege uborka (10) EN:433 ZS:12,2 TZS:3,5 FH:18,2 SZH:57,6 CK:16,1 SO:4,1	Hamis gulyásleves (1;9;12) Rakott karfiol (7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) EN:529 ZS:28,4 TZS:7,9 FH:20,0 SZH:45,1 CK:0,9 SO:2,3	Májgaluska leves (1;3;9;12) Bolognai spagetti sajttal (1;12) Nektarin EN:505 ZS:20,2 TZS:5,2 FH:19,8 SZH:59,7 CK:2,9 SO:3,1
Túrókrém ananászos (7) Fehér kenyér (1;6) EN:188 ZS:3,3 TZS:1,7 FH:8,3 SZH:30,1 CK:4,7 SO:0,9	Füstölt sajtkrém (7) Magvas zsemle (1) Hónapos retek EN:267 ZS:11,0 TZS:5,4 FH:8,7 SZH:29,2 CK:0,8 SO:0,9	Szendvicssonka Teljes kiőrlésű kenyér (1) Liga margarin EN:183 ZS:5,0 TZS:1,2 FH:5,9 SZH:27,3 CK:0,8 SO:1,4	Kefír (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 répás (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:214 ZS:9,2 TZS:4,9 FH:3,5 SZH:28,0 CK:0,9 SO:1,0

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.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Citromos tea Toust szelet Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:208 ZS:5,0 TZS:1,2 FH:4,6 SZH:34,2 CK:6,6 SO:1,4	Tejeskávé (1;7) Briós (1;3;6;7) EN:323 ZS:5,8 TZS:2,5 FH:7,5 SZH:59,3 CK:34,3 SO:0,4	Limonádé Pulyka sonkaszelet Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:240 ZS:6,7 TZS:1,5 FH:5,4 SZH:37,7 CK:10,7 SO:1,4	Tej 1,5% (7) Trappista sajt (7) Delma joghurtos margarin (7) zsemle vizes (1) EN:301 ZS:10,8 TZS:5,2 FH:12,9 SZH:35,8 CK:5,5 SO:0,2	Gyümölcsös tea Tonhalkrém (4;6;7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:248 ZS:9,4 TZS:2,9 FH:6,9 SZH:32,6 CK:6,4 SO:1,0
Tarhonyaleves burgonyával (1;12) Tejfölös-kukoricás csirkeragu (1;7;12) Petrezselymes rizs EN:529 ZS:21,9 TZS:5,4 FH:18,8 SZH:61,9 CK:2,1 SO:3,2	Daragaluskaleves (1;3;9;12) Kelkáposzta főzelék (1;12) Csirkemell falatkák (1) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma EN:415 ZS:11,6 TZS:1,6 FH:9,5 SZH:59,2 CK:0,5 SO:2,8	Karotta krémleves pirított tökmaggal (1;7) Rántott csirkemell (1;3;7) Petrezselymes burgonya (7;12) Káposztasaláta EN:677 ZS:30,5 TZS:5,9 FH:23,1 SZH:71,4 CK:9,8 SO:3,3	Libacsontleves csigatésztával (1;3;9;12) Zöldborsófőzelék (1;7) Sült rudacska Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Kis linzer (1) EN:709 ZS:37,0 TZS:11,0 FH:25,6 SZH:65,0 CK:11,5 SO:3,4	Palócleves pulykahúsból (1;7;10;12) Mákos-tészta (1) Alma EN:509 ZS:15,9 TZS:3,6 FH:19,6 SZH:70,3 CK:3,6 SO:4,4
Liga maragrin Burgonyás kenyér (1;6;12) Paradicsom EN:165 ZS:3,2 TZS:0,7 FH:4,6 SZH:28,4 CK:0,4 SO:0,9	Körözött tehéntúróból (7) Magvas zsemle (1) EN:247 ZS:7,9 TZS:3,6 FH:9,5 SZH:29,9 CK:1,6 SO:0,9	Szezámagos sajtkrém (7;11) Fehér kenyér (1;6) EN:173 ZS:4,0 TZS:1,8 FH:6,2 SZH:26,9 CK:1,6 SO:1,2	Olasz felvágott Margarin Fehér kenyér (1;6) Tv paprika EN:202 ZS:6,5 TZS:2,1 FH:7,6 SZH:27,0 CK:0,4 SO:1,4	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
Mézes tea Zöldfűszeres sajtkrém (7) Magvas kenyér (1;6) EN:232 ZS:9,0 TZS:4,2 FH:7,0 SZH:30,2 CK:6,5 SO:1,1	Limonádé Zala felvágott Delma light margarin Rozsos kenyér (1;6) EN:243 ZS:6,6 TZS:2,3 FH:7,5 SZH:36,6 CK:10,7 SO:1,4	Kakaó (7) Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom EN:254 ZS:6,3 TZS:2,3 FH:7,1 SZH:38,4 CK:11,1 SO:1,0	Gyümölcsös tea Pórés tojáskrém (3;7;10) zsemle vizes (1) EN:249 ZS:7,2 TZS:2,5 FH:7,1 SZH:37,7 CK:7,0 SO:0,3	Tej 1,5% (7) Baromfipárizsi Teljes kiőrlésű kenyér (1) Delma multivitaminos margarin Hónapos retek EN:273 ZS:10,7 TZS:3,4 FH:8,7 SZH:32,6 CK:5,2 SO:1,3
Meggy leves (1;7) Nyári zöldséges apróhús (12) Kuszkusz (1;7) EN:553 ZS:18,9 TZS:5,1 FH:21,1 SZH:76,6 CK:22,9 SO:3,4	Köménymagos rántottleves (1) Húsgombóc (3;12) Karálbétfőzelék (1;7) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma EN:542 ZS:24,6 TZS:6,4 FH:16,7 SZH:62,2 CK:6,2 SO:2,4	Zelleres burgonyaleves (1;9;12) Piritott zsemle kocka (1) Hentestokány sertéshúsból (1;10) Párolt rizs Vegyes saláta EN:668 ZS:25,5 TZS:6,6 FH:23,0 SZH:84,3 CK:6,8 SO:5,0	Kertészleves gazdagon (1;9;12) Burgonyafőzelék (1;7;12) Sertéssült (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Szilva EN:520 ZS:16,9 TZS:4,0 FH:21,1 SZH:65,1 CK:3,8 SO:2,7	Kelkáposztaleves rudacskaival (1;7;12) Darásmetélt (1) Sárgabarack EN:531 ZS:22,5 TZS:5,8 FH:14,2 SZH:65,9 CK:9,7 SO:3,7
Natúr húskenyér Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldhagyma EN:238 ZS:11,3 TZS:3,4 FH:5,0 SZH:27,6 CK:0,4 SO:1,3	Szezámos-lenmagvas kifli (1;7;11) Kockasajt, natúr (7) EN:217 ZS:8,6 TZS:2,3 FH:7,1 SZH:26,2 CK:2,7 SO:0,5	Petrezselymes túrókrém (7) Császárszemle (1;6) EN:210 ZS:5,6 TZS:2,5 FH:8,8 SZH:30,7 CK:0,9 SO:1,2	Vajas méz (7) Fehér kenyér (1;6) EN:242 ZS:8,9 TZS:4,0 FH:5,0 SZH:35,6 CK:10,3 SO:0,9	Natúr joghurt (7) Korpás kifli (1;7) 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.