

Reggeli

Ebéd

Uzsonna

Vacsora

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	Reggeli EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	Reggeli EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	Gyümölcsös tea Szendvicssonka Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) EN:330 ZS:9,0 TZS:2,4 FH:10,1 SZH:49,8 CK:12,5 SO:2,4	Tej 1,5% (7) Mákos búrkifli (1;6) Delma multivitaminos margarin Korpás kifli (1;7) EN:460 ZS:13,8 TZS:4,2 FH:15,3 SZH:64,0 CK:11,6 SO:0,2
Ebéd EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	Ebéd EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	Ebéd EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	Lencseleves füstölthússal (1;10;12) Félbarna kenyér (1) Túrós csusza (1;7) EN:1110 ZS:41,2 TZS:12,0 FH:49,8 SZH:125,7 CK:9,9 SO:3,4	Zöldséges tarhonyaleves (1;9;12) Burgonyafőzelék (1;7;12) Sertéspörkölt (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) Alma EN:974 ZS:37,6 TZS:7,9 FH:33,8 SZH:115,4 CK:2,1 SO:6,4
Uzsonna EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	Uzsonna EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	Uzsonna EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	Kefír (7) Korpás kifli (1;7) EN:302 ZS:3,7 TZS:0,5 FH:10,0 SZH:55,5 CK:3,1 SO:0,0	Uzsonna EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:
Vacsora EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	Vacsora EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	Vacsora EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	Hentestokány sertéshúsból (1;10) Párolt rizs EN:678 ZS:29,0 TZS:7,2 FH:27,3 SZH:76,3 CK:1,1 SO:4,8	Vacsora EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:

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.

Ebéd A

Ebéd B

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
			Lencseleves füstölthússal (1;10;12) Félbarna kenyér (1) Túrós csusza (1;7)	Zöldséges tarhonyaleves (1;9;12) Burgonyafőzelék (1;7;12) Sertéspörkölt (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) Alma
EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:1110 ZS:41,2 TZS:12,0 FH:49,8 SZH:125,7 CK:9,9 SO:3,4	EN:974 ZS:37,6 TZS:7,9 FH:33,8 SZH:115,4 CK:2,1 SO:6,4
			Lencseleves füstölthússal (1;10;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) Töltött gombóc (1;3;5;6;7;12)	Zöldséges tarhonyaleves (1;9;12) Chillisbab (1;6;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) Alma
EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:1584 ZS:58,3 TZS:8,5 FH:45,2 SZH:211,6 CK:28,9 SO:9,4	EN:784 ZS:30,4 TZS:7,4 FH:27,0 SZH:94,4 CK:4,9 SO:5,7

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 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Reggeli

Ebéd

Uzsonna

Vacsora

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Citromos tea Pástétom, baromfi Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) EN:248 ZS:2,9 TZS:0,2 FH:4,3 SZH:48,5 CK:11,7 SO:1,2	Gyümölcsös tea Sajtkrém, natúr (7) Vizes zsemle (1) EN:411 ZS:6,2 TZS:3,2 FH:11,1 SZH:75,3 CK:15,0 SO:0,6	Tej 1,5% (7) Kakaós foszlós kalács (1;3;6;7) Delma multivitaminos margarin EN:378 ZS:16,2 TZS:6,3 FH:11,9 SZH:45,3 CK:15,0 SO:0,6	Citromos tea Körözött tehéntúróból (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) EN:371 ZS:12,7 TZS:5,5 FH:10,7 SZH:50,2 CK:13,2 SO:1,4	Kakaó (7) Sertéspárizsi Delma joghurtos margarin (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) EN:504 ZS:22,5 TZS:6,0 FH:15,8 SZH:57,4 CK:19,0 SO:2,3
Paradicsomleves (1;9) Panírozott halszelet (1;3;4) Sárgarépas bulgur (1) Csemege uborka (10) EN:1269 ZS:56,8 TZS:5,8 FH:35,0 SZH:152,5 CK:38,7 SO:5,2	Zöldséges daragaluskaleves (1;3;9;12) Zöldborsófőzelék (1;7) Margarinos pulykamell csíkok (1;7) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) EN:1166 ZS:13,3 TZS:4,1 FH:54,1 SZH:195,0 CK:9,7 SO:4,7	Gyümölcsleves (1;7) Magyaros csirkemáj (1) Petrezselymes rizs Uborkasaláta EN:804 ZS:25,7 TZS:4,8 FH:28,4 SZH:112,2 CK:34,1 SO:4,6	Csontleves (1;9;12) Rakott karfiol (7;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) EN:708 ZS:32,9 TZS:10,4 FH:29,6 SZH:69,1 CK:1,6 SO:2,8	Kelkáposztaleves rudacskával (1;7;12) Mákoszsza (1) Alma EN:839 ZS:36,2 TZS:8,6 FH:24,6 SZH:99,8 CK:3,2 SO:7,8
Müzliszelet pirosgyümölcsös hozzáadott cukor nélküli (1;6) * EN:13 ZS:0,3 TZS:0,1 FH:0,2 SZH:3,0 CK:0,3 SO:0,0	Alma EN:63 ZS:0,7 TZS: FH:0,7 SZH:12,6 CK: SO:	Briós (1;3;6;7) EN:164 ZS:4,3 TZS:1,5 FH:4,4 SZH:28,4 CK:4,7 SO:0,3	Natúr joghurt (7) EN:82 ZS:4,5 TZS:2,8 FH:5,0 SZH:5,7 CK:5,7 SO:0,0	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:
Bácskai rizseshús (12) Csemege uborka (10) EN:577 ZS:18,0 TZS:3,2 FH:28,6 SZH:75,2 CK:1,8 SO:4,3	Vadasragu sertéshúsból (1;7;10;12) Durumtészta (1) EN:668 ZS:23,7 TZS:5,7 FH:33,1 SZH:76,9 CK:5,2 SO:3,0	Paprikásburgonya kolbásszal (1;6;12) Káposztasaláta EN:622 ZS:34,6 TZS:9,3 FH:20,2 SZH:52,1 CK:6,9 SO:3,7	Húsos zöldséges puffancs (1;3;6;7;10) EN:725 ZS:49,0 TZS:13,0 FH:19,6 SZH:53,3 CK:10,6 SO:3,0	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:

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 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Ebéd A

Ebéd B

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Paradicsomleves (1;9) Panírozott halszelet (1;3;4) Sárgarépas bulgur (1) Csemege uborka (10) EN:1269 ZS:56,8 TZS:5,8 FH:35,0 SZH:152,5 CK:38,7 SO:5,2	Zöldséges daragaluskaleves (1;3;9;12) Zöldborsófőzelék (1;7) Margarinos pulykamell csíkok (1;7) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) Mandarin EN:1166 ZS:13,3 TZS:4,1 FH:54,1 SZH:195,0 CK:9,7 SO:4,7	Gyümölcsleves (1;7) Magyaros csirkemáj (1) Petrezselymes rizs Uborkasaláta EN:804 ZS:25,7 TZS:4,8 FH:28,4 SZH:112,2 CK:34,1 SO:4,6	Csontleves (1;9;12) Rakott karfiol (7;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) EN:708 ZS:32,9 TZS:10,4 FH:29,6 SZH:69,1 CK:1,6 SO:2,8	Kelkáposztaleves rudacskával (1;7;12) Mákostészta (1) Alma EN:839 ZS:36,2 TZS:8,6 FH:24,6 SZH:99,8 CK:3,2 SO:7,8
Paradicsomleves (1;9) Bácskai rizseshús (12) Csemege uborka (10) EN:817 ZS:23,0 TZS:3,7 FH:33,2 SZH:118,3 CK:27,2 SO:4,9	Zöldséges daragaluskaleves (1;3;9;12) Ízes aprópecsenye (12) Paradicsomos káposzta (1) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) Mandarin EN:1217 ZS:24,5 TZS:4,0 FH:39,1 SZH:197,5 CK:26,3 SO:5,0	Gyümölcsleves (1;7) Rakottburgonya kolbásszal (1;3;6;7;12) Cékla saláta- saját EN:1043 ZS:45,1 TZS:18,5 FH:30,3 SZH:117,9 CK:48,5 SO:5,5	Csontleves (1;9;12) Rácz zöldbab (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) EN:733 ZS:37,9 TZS:11,1 FH:29,6 SZH:68,5 CK:1,7 SO:3,5	Kelkáposztaleves rudacskával (1;7;12) Sonkás kocka (1;3;7) Alma EN:968 ZS:48,3 TZS:14,2 FH:34,1 SZH:93,6 CK:5,0 SO:6,9

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.

Reggeli

Ebéd

Uzsonna

Vacsora

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Citromos tea Tökmagos vajkrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) EN:371 ZS:15,1 TZS:7,8 FH:5,5 SZH:50,8 CK:12,4 SO:1,5	Tej 1,5% (7) Soproni felvágott Delma joghurtos margarin (7) Korpás kenyér (1;6) EN:448 ZS:19,3 TZS:7,2 FH:17,9 SZH:45,3 CK:10,5 SO:2,2	Mézes tea Zala felvágott Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) EN:383 ZS:14,6 TZS:4,6 FH:9,3 SZH:51,9 CK:14,5 SO:2,2	Tejeskávé (1;7) Kakaóscsiga (1;3;7) kifli tejes (1;6;7) Delma light margarin EN:604 ZS:17,4 TZS:5,8 FH:11,6 SZH:94,6 CK:60,4 SO:0,7	Gyümölcsös tea Zöldfűszeres sajtkrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) EN:361 ZS:14,4 TZS:6,3 FH:6,7 SZH:49,1 CK:12,4 SO:1,5
Zöldséges karfiollevés (1;12) Bakonyi ragu csirkehúsból (1;7) Durumtészta (1) EN:807 ZS:33,2 TZS:6,7 FH:35,3 SZH:87,1 CK:3,1 SO:4,7	Lebbencsleves (1;12) Fokhagymás aprópecsenye (12) Sárgaborsó főzelék (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) Alma EN:949 ZS:29,5 TZS:5,1 FH:43,9 SZH:119,8 CK:5,5 SO:5,5	Citromos zellerkrémleves (7;9;12) Levesgyöngy (1;3;7) Bácskai rizseshús (12) Vegyesaláta EN:867 ZS:31,2 TZS:9,6 FH:34,2 SZH:110,1 CK:10,9 SO:5,1	Árpagyöngyleves (1;8;9;12) Paprikás burgonya kolbásszal (1;6;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1;6;7) Csemege uborka (10) EN:818 ZS:31,2 TZS:9,2 FH:26,9 SZH:99,6 CK:2,4 SO:6,5	Csirkeraguleves (1;9;12) Tejbedara (1;7) Kakaósórat EN:628 ZS:18,2 TZS:7,2 FH:28,1 SZH:81,3 CK:43,1 SO:1,9
Mandarin EN:450 ZS: SZH:98,0 TZS: CK: FH:7,0 SO:	Dejős búrkifli (1;6;8) EN:237 ZS:10,8 TZS:4,2 FH:3,8 SZH:24,4 CK:10,7 SO:0,2	Túródesszert, natúr (6;7) EN:82 ZS:4,4 TZS:3,4 FH:1,4 SZH:9,0 CK:7,9 SO:0,0	Jam sárgabarack Korpás kifli (1;7) EN:351 ZS:3,0 TZS:0,0 FH:9,4 SZH:69,2 CK:15,1 SO:0,0	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:
Kelkáposzta főzelék (1;12) Sertéspörkölt (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) EN:648 ZS:26,1 TZS:3,8 FH:29,9 SZH:67,9 CK:1,0 SO:4,7	Rántott csirkecombfilé (1;3;7) Hagymás burgonya (12) Káposztasaláta EN:1018 ZS:47,6 TZS:7,8 FH:30,3 SZH:107,0 CK:8,6 SO:5,2	Franciasaláta - féladag (3;7;10;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) Vagdalt pogácsa (1;3;6;8;11;12) EN:902 ZS:62,9 TZS:11,4 FH:22,8 SZH:56,7 CK:6,1 SO:4,9	Túrós csusza (1;7) Alma EN:606 ZS:25,2 TZS:8,2 FH:23,0 SZH:68,7 CK:4,4 SO:1,3	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:

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, szulfitek; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Ebéd A

Ebéd B

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Zöldséges karfiolleves (1;12) Bakonyi ragu csirkehúsból (1;7) Durumtészta (1) EN:807 ZS:33,2 TZS:6,7 FH:35,3 SZH:87,1 CK:3,1 SO:4,7	Lebbensleves (1;12) Fokhagymás aprópecsenye (12) Sárgaborsó főzelék (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) Alma EN:949 ZS:29,5 TZS:5,1 FH:43,9 SZH:119,8 CK:5,5 SO:5,5	Citromos zellerkrémleves (7;9;12) Levesgyöngy (1;3;7) Bácskai rizshús (12) Vegyessaláta EN:867 ZS:31,2 TZS:9,6 FH:34,2 SZH:110,1 CK:10,9 SO:5,1	Árpagyöngyleves (1;8;9;12) Paprikás burgonya kolbásszal (1;6;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1;6;7) Csemege uborka (10) EN:818 ZS:31,2 TZS:9,2 FH:26,9 SZH:99,6 CK:2,4 SO:6,5	Csirkeraguleves (1;9;12) Tejbedara (1;7) Kakaószórat EN:628 ZS:18,2 TZS:7,2 FH:28,1 SZH:81,3 CK:43,1 SO:1,9
Zöldséges karfiolleves (1;12) Mustáros sertésflekk (1;10) Párolt rizs féladag Mexikói párolt zöldség (7) EN:756 ZS:29,3 TZS:6,3 FH:35,0 SZH:84,2 CK:11,3 SO:4,3	Lebbensleves (1;12) Toroskáposzta (12) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) Alma EN:669 ZS:23,5 TZS:3,8 FH:29,4 SZH:79,3 CK:6,4 SO:8,3	Citromos zellerkrémleves (7;9;12) Töltött sertésszelet (1;3;6;7;8;11) Burgonyapüré (7;12) Vegyessaláta EN:875 ZS:35,2 TZS:14,4 FH:42,1 SZH:86,1 CK:12,5 SO:5,3	Árpagyöngyleves (1;8;9;12) Rakott karfiol (7;12) Félbarna kenyér (1) EN:740 ZS:36,1 TZS:11,9 FH:31,7 SZH:67,8 CK:2,0 SO:2,7	Csirkeraguleves (1;9;12) Sajtos-tejfölös spagetti (1) EN:499 ZS:14,8 TZS:2,1 FH:26,7 SZH:62,6 CK:2,1 SO:2,9

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.

Reggeli

Ebéd

Uzsonna

Vacsora

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Gyümölcsös tea Baromfipárizsi Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) EN:360 ZS:13,4 TZS:3,8 FH:8,5 SZH:49,0 CK:12,0 SO:2,1	Kakaó (7) Alma - áfonya lekvár Rozsos kenyér (1;6) EN:432 ZS:4,9 TZS:0,7 FH:14,5 SZH:79,2 CK:39,9 SO:1,5	Citromos tea Kenőmájas (6) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) EN:358 ZS:13,0 TZS:4,3 FH:9,6 SZH:48,5 CK:11,7 SO:1,8	Gyümölcsös tea Főtt tojás karika (3) Delma light margarin Korpás kifli (1;7) zsemle vizes (1) EN:469 ZS:12,7 TZS:3,0 FH:15,8 SZH:66,7 CK:13,7 SO:0,4	Tej 1,5% (7) Zala felvágott Delma joghurtos margarin (7) Barna kenyér (1;6) EN:473 ZS:19,8 TZS:7,3 FH:18,0 SZH:43,5 CK:10,1 SO:2,2
Zöldborsóleves (1) Bolognai spagetti (1;12) Sajtszórat (7) EN:685 ZS:26,8 TZS:8,9 FH:33,7 SZH:75,3 CK:5,5 SO:2,7	Kertészleves gazdagon (1;9;12) Gyöngyöskáposzta f.hússal (1;8;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) Alma EN:556 ZS:16,5 TZS:3,4 FH:18,1 SZH:80,6 CK:1,1 SO:7,8	Paradicsomleves (1;9) Sült csirkecomb-mustáros (7;10) Párolt rizs féladag Mexikói párolt zöldség 1/2 adag (7) EN:656 ZS:15,9 TZS:3,2 FH:30,4 SZH:94,6 CK:31,2 SO:3,6	Zelleres burgonyaleves (1;9;12) Vagdalt pogácsa (1;3;6;8;11;12) Tökfőzelék (1;7) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1;6;7) EN:1075 ZS:69,5 TZS:15,4 FH:27,1 SZH:79,0 CK:2,9 SO:5,5	Kolbászos bableves (1;6;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1;6;7) Krumpliszelet (1;12) Csemege uborka (10) EN:1067 ZS:34,0 TZS:7,1 FH:37,9 SZH:141,1 CK:4,9 SO:8,3
Jam sárgabarack kifli tejes (1;6;7) EN:62 ZS:0,0 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:14,8 CK:12,8 SO:0,0	Gyümölcsjoghurt (7) EN:78 ZS:2,0 TZS:1,2 FH:4,2 SZH:10,5 CK:10,2 SO:0,1	Túrós táska (1;6;7) EN:174 ZS:8,8 TZS:3,8 FH:2,9 SZH:24,0 CK:7,6 SO:0,1	Narancs EN:82 ZS: TZS: FH:1,2 SZH:17,0 CK:6,6 SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:
Magyaros csirkemáj (1) Párolt rizs Káposztasaláta EN:658 ZS:22,8 TZS:3,6 FH:27,1 SZH:85,3 CK:6,8 SO:2,8	Sajtos-tejfölös spagetti (1) Alma EN:373 ZS:6,2 TZS:0,7 FH:11,0 SZH:66,2 CK:1,8 SO:1,7	Zöldborsófőzelék (1;7) Sült rudacska Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) EN:679 ZS:26,8 TZS:7,5 FH:28,1 SZH:77,6 CK:9,5 SO:3,9	Pizza saját (1;3;6;7) EN:560 ZS:20,8 TZS:7,5 FH:24,4 SZH:66,4 CK:10,5 SO:2,7	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:

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, szulfitok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Ebéd A

Ebéd B

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Zöldborsóleves (1) Bolognai spagetti (1;12) Sajtszórat (7) EN:685 ZS:26,8 TZS:8,9 FH:33,7 SZH:75,3 CK:5,5 SO:2,7	Kertészleves gazdagon (1;9;12) Gyöngyöskáposzta f.hússal (1;8;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) Alma EN:556 ZS:16,5 TZS:3,4 FH:18,1 SZH:80,6 CK:1,1 SO:7,8	Paradicsomleves (1;9) Sült csirkecomb-mustáros (7;10) Párolt rizs féladag Mexikói párolt zöldség 1/2 adag (7) EN:656 ZS:15,9 TZS:3,2 FH:30,4 SZH:94,6 CK:31,2 SO:3,6	Zelleres burgonyaleves (1;9;12) Vagdalt pogácsa (1;3;6;8;11;12) Tökfőzelék (1;7) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1;6;7) EN:1075 ZS:69,5 TZS:15,4 FH:27,1 SZH:79,0 CK:2,9 SO:5,5	Kolbászos bableves (1;6;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1;6;7) Krumplistészta (1;12) Csemege uborka (10) EN:1067 ZS:34,0 TZS:7,1 FH:37,9 SZH:141,1 CK:4,9 SO:8,3
Zöldborsóleves (1) Sertéssült (1;10) Hagymás burgonya (12) Csemege uborka (10) EN:673 ZS:20,7 TZS:4,0 FH:33,7 SZH:81,0 CK:2,0 SO:6,4	Kertészleves gazdagon (1;9;12) Sertéspörkölt (1;12) Burgonyafőzelék (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) Alma EN:895 ZS:31,3 TZS:6,6 FH:33,2 SZH:110,8 CK:1,8 SO:6,1	Paradicsomleves (1;9) Vadász sertésragu (12) Bulgur (1;7) Káposztasaláta EN:927 ZS:32,0 TZS:6,5 FH:37,0 SZH:119,8 CK:41,6 SO:3,9	Zelleres burgonyaleves (1;9;12) Rakott brokkoli (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) EN:960 ZS:48,9 TZS:16,3 FH:31,0 SZH:93,0 CK:5,7 SO:5,5	Kolbászos bableves (1;6;12) Lekváros fánk (1;3;7) EN:1217 ZS:53,5 TZS:9,7 FH:33,4 SZH:141,1 CK:32,9 SO:2,9

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.

Reggeli

Ebéd

Uzsonna

Vacsora

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tej 1,5% (7) Liga maragrin Rozsos kenyér (1;6) Tv paprika EN:339 ZS:7,9 TZS:3,3 FH:13,5 SZH:48,2 CK:9,8 SO:1,4	Citromos tea Sárgarépas sajtkrém (7) Magvas kenyér (1;6) EN:323 ZS:9,8 TZS:4,6 FH:11,3 SZH:45,5 CK:11,8 SO:1,5	Gyümölcsös tea Baromfipárizsi Delma light margarin Magvas zsemle (1) EN:490 ZS:13,1 TZS:3,7 FH:14,8 SZH:69,5 CK:12,5 SO:2,3	Kakaó (7) Lekváros bukta (1;3;6;7) Vizes zsemle (1) Delma light margarin EN:488 ZS:9,4 TZS:1,9 FH:17,3 SZH:81,1 CK:20,3 SO:0,5	Kefír (7) Csirkemellsonka Margarin (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) EN:323 ZS:12,9 TZS:3,4 FH:10,8 SZH:39,0 CK:1,5 SO:2,1
Brokkoli krémleves (1;7;12) Hentestokány sertéshúsból (1;10) Párolt rizs Káposztasaláta EN:857 ZS:37,0 TZS:11,2 FH:32,2 SZH:97,3 CK:9,9 SO:6,8	Hamis gulyásleves (1;9;12) Zöldbabfőzelék (1;7;12) Sült debreceni (1;6) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) EN:841 ZS:46,2 TZS:12,6 FH:23,3 SZH:77,7 CK:3,6 SO:4,1	Csurgatott tojásleves (1;3) Rántott csirkemell (1;3;7) Petrezselymes burgonya (7;12) Uborkasaláta EN:1011 ZS:51,0 TZS:7,6 FH:34,0 SZH:94,1 CK:8,7 SO:5,7	Libacsontleves csigatésztával (1;9;12) Paradicsomos káposzta (1) Pulykapörkölt (12) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) Alma EN:945 ZS:37,8 TZS:5,0 FH:36,8 SZH:108,3 CK:26,5 SO:5,5	Sertéshúsleves eperlevéllel (1;9;12) Mákosztya (1) EN:627 ZS:17,0 TZS:3,1 FH:32,9 SZH:82,1 CK:2,5 SO:6,8
Müzliszelet pirosgyümölcsös hozzáadott cukor nélküli (1;6) * EN:13 ZS:0,3 TZS:0,1 FH:0,2 SZH:3,0 CK:0,3 SO:0,0	Alma EN:63 ZS:0,7 TZS: FH:0,7 SZH:12,6 CK: SO:	Briós (1;3;6;7) EN:164 ZS:4,3 TZS:1,5 FH:4,4 SZH:28,4 CK:4,7 SO:0,3	Natúr joghurt (7) EN:82 ZS:4,5 TZS:2,8 FH:5,0 SZH:5,7 CK:5,7 SO:0,0	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:
Párizsi sertésszelet (1;3;7) Főtt burgonya (12) Vegyesaláta EN:298 ZS:1,4 TZS:0,1 FH:7,6 SZH:58,1 CK:9,3 SO:3,9	Vadász sertésragu (12) Párolt rizs EN:588 ZS:20,8 TZS:3,6 FH:27,7 SZH:72,2 CK:0,5 SO:2,5	Krumpliszelet f szalonnával (1;12) Csemege uborka (10) EN:480 ZS:11,4 TZS:4,5 FH:15,2 SZH:76,1 CK:3,0 SO:5,2	Gyümölcsös tea Bundás kenyér (1;3) EN:539 ZS:19,6 TZS:3,2 FH:16,5 SZH:67,6 CK:12,5 SO:1,1	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:

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 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Ebéd A

Ebéd B

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Brokkoli krémleves (1;7;12) Hentestokány sertéshúsból (1;10) Párolt rizs Káposztasaláta EN:857 ZS:37,0 TZS:11,2 FH:32,2 SZH:97,3 CK:9,9 SO:6,8	Hamis gulyásleves (1;9;12) Zöldbabfőzelék (1;7;12) Sült debreceni (1;6) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) EN:841 ZS:46,2 TZS:12,6 FH:23,3 SZH:77,7 CK:3,6 SO:4,1	Csurgatott tojásleves (1;3) Rántott csirkemell (1;3;7) Petrezselymes burgonya (7;12) Uborkasaláta EN:1011 ZS:51,0 TZS:7,6 FH:34,0 SZH:94,1 CK:8,7 SO:5,7	Libacsontleves csigatésztával (1;9;12) Paradicsomos káposzta (1) Pulykapörkölt (12) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) Alma EN:945 ZS:37,8 TZS:5,0 FH:36,8 SZH:108,3 CK:26,5 SO:5,5	Sertéshúsleves eperlevéllel (1;9;12) Mákosészta (1) EN:627 ZS:17,0 TZS:3,1 FH:32,9 SZH:82,1 CK:2,5 SO:6,8
Brokkoli krémleves (1;7;12) Póré csikósszelet (7) Kuszkusz (1;7) Mexikói párolt zöldség 1/2 adag (7) Mandarin EN:931 ZS:18,5 TZS:6,9 FH:20,9 SZH:160,4 CK:9,0 SO:3,1	Hamis gulyásleves (1;9;12) Bugaci rakottkáposzta (1;6;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) EN:1187 ZS:65,2 TZS:18,5 FH:31,3 SZH:109,4 CK:4,7 SO:10,7	Csurgatott tojásleves (1;3) Vadasragu sertéshúsból (1;7;10;12) Pennetészta (1) EN:777 ZS:34,1 TZS:7,3 FH:35,2 SZH:77,1 CK:5,1 SO:4,2	Libacsontleves csigatésztával (1;9;12) Csőbensült karfiol (1;7) Sült bécsi rudacska Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) Alma EN:978 ZS:57,9 TZS:12,5 FH:31,7 SZH:77,6 CK:3,9 SO:6,1	Sertéshúsleves eperlevéllel (1;9;12) Túrós sztrapacska (1;3;7) EN:911 ZS:35,5 TZS:13,8 FH:43,1 SZH:96,9 CK:3,4 SO:2,6

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 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfitek; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.