

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Alma - áfonya lekvár Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7)	Liga margarin Vizes zsemle (1)	Főtt tojáskarika (3) Delma margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7)	Banánlevél (1;3;6;7)	Szendvicsskrém vegyesfelvágottból (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) Kígyóuborka
EN:260 ZS:2,6 TZS:0,2 FH:4,1 SZH:52,1 CK:13,6 SO:1,2	EN:180 ZS:3,7 TZS:0,9 FH:4,8 SZH:31,0 CK:0,9 SO:0,1	EN:264 ZS:8,5 TZS:1,9 FH:7,6 SZH:37,1 CK:0,6 SO:1,3	EN:210 ZS:8,8 TZS:3,0 FH:4,8 SZH:30,8 CK:9,9 SO:0,3	EN:326 ZS:14,6 TZS:5,7 FH:6,0 SZH:37,7 CK:0,6 SO:1,5
Tejfölös zöldbableves (1;7;12) Gombás sertésapró (12) Párolt rizs Alma	Reszelttészta leves (1;9;12) Zöldborsófőzelék (1;7) Sült rudacska Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1;6;7)	Brokkoli krémleves (1;7;12) Rántott halfilé (1;3;4) Főtt burgonya (12) Káposztasaláta	Lebbencsleves (1;9;12) Paradicsomos káposzta (1) Sertéssült (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1;6;7)	Csirkeraguleves (1;9;12) Dejós-Diósmetélt (1;7) Alma
EN:669 ZS:24,5 TZS:5,8 FH:24,6 SZH:87,1 CK:2,5 SO:2,3	EN:600 ZS:27,1 TZS:6,9 FH:23,3 SZH:63,0 CK:7,4 SO:3,7	EN:784 ZS:37,6 TZS:7,7 FH:26,4 SZH:78,4 CK:8,1 SO:4,9	EN:602 ZS:20,9 TZS:3,7 FH:25,3 SZH:73,9 CK:21,0 SO:3,6	EN:569 ZS:25,5 TZS:6,3 FH:20,4 SZH:62,0 CK:1,5 SO:4,6
Szendvicssonka Margarin Fehér kenyér (1;6)	Sajtkrém, natúr (7) Burgonyás kenyér (1;6;12) Jégcsapretek	Kockasajt, natúr (7) kifli tejes (1;6;7)	Vajkrém, magyaros (7) Félbarna kenyér (1)	Kefír (7) Teljeskiőrlésű kifli (1;6)
EN:210 ZS:4,3 TZS:1,0 FH:10,4 SZH:31,6 CK:0,5 SO:1,5	EN:218 ZS:5,0 TZS:2,4 FH:6,7 SZH:35,1 CK:1,9 SO:1,4	EN:176 ZS:3,9 TZS:1,6 FH:5,6 SZH:28,9 CK:2,5 SO:0,5	EN:264 ZS:11,4 TZS:6,9 FH:6,4 SZH:32,8 CK:1,3 SO:0,3	EN:207 ZS:5,3 TZS:2,8 FH:9,3 SZH:31,2 CK:6,3 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 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Májusi csemege (6) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) Kígyóuborka	Lapka sajt (7) Margarin (7) Magvas zsemle (1)	Póré s tojáskrém (3;7;10) Rozsos kenyér (1;6)	Zöldbúszeres vajkrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7)	
EN:267 ZS:8,6 TZS:3,2 FH:7,6 SZH:37,8 CK:0,7 SO:1,9	EN:263 ZS:10,0 TZS:3,6 FH:8,6 SZH:30,3 CK:1,8 SO:1,2	EN:255 ZS:9,9 TZS:3,6 FH:8,5 SZH:31,7 CK:0,6 SO:1,3	EN:300 ZS:13,1 TZS:7,0 FH:4,8 SZH:38,9 CK:1,2 SO:1,5	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:
Köménymagos rántottleves (1) Levesgyöngy (1;3;7) Bolognai spagetti (1;6;12) Sajtszórat (7)	Kacsacsontleves (1;9;12) Burgonyafőzelék (1;7;12) Csirkepörkölt (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér - félada (1;6;7) Alma	Fahéjas almaleves (1;7) Magyaros csirkemáj (1) Párolt rizs Sárgarépás káposztasaláta	Kelkáposztaleves rudacska (1;7;12) Lekváros derelye (1;3) Alma	
EN:701 ZS:33,3 TZS:10,5 FH:28,4 SZH:70,1 CK:6,0 SO:2,9	EN:905 ZS:44,6 TZS:8,9 FH:28,6 SZH:88,0 CK:2,0 SO:4,3	EN:743 ZS:21,5 TZS:4,7 FH:24,0 SZH:110,7 CK:33,4 SO:2,7	EN:1083 ZS:29,1 TZS:6,6 FH:22,9 SZH:131,5 CK:39,4 SO:5,4	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:
Körözött tehéntúróból (7) Fehér kenyér (1;6)	Kókuszos csiga (1;6;7)	Sertéspárizsi Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) Tv paprika	Natúr joghurt (7) kifli tejes (1;6;7)	
EN:255 ZS:8,5 TZS:4,2 FH:11,0 SZH:32,2 CK:1,7 SO:1,2	EN:228 ZS:12,4 TZS:4,5 FH:4,3 SZH:24,4 CK:4,7 SO:0,4	EN:298 ZS:11,7 TZS:3,5 FH:7,4 SZH:38,8 CK:0,6 SO:1,9	EN:226 ZS:5,9 TZS:2,9 FH:9,4 SZH:33,1 CK:7,3 SO:0,4	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.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Olasz felvágott Delma joghurtos margarin (7) Félbarna kenyér (1)	Mákos búrkifli (1;6)	Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) Tv paprika	Liga maragrin Vizes zsemle (1) Paradicsom	Vajkrém, natúr (7) Burgonyás kenyér (1;6;12)
EN:283 ZS:12,7 TZS:3,8 FH:9,2 SZH:31,9 CK:0,7 SO:0,7	EN:232 ZS:10,1 TZS:4,3 FH:4,0 SZH:24,1 CK:11,3 SO:0,2	EN:301 ZS:11,7 TZS:3,5 FH:8,3 SZH:38,7 CK:0,7 SO:1,9	EN:185 ZS:3,7 TZS:0,9 FH:5,0 SZH:31,8 CK:0,9 SO:0,1	EN:275 ZS:11,9 TZS:6,9 FH:6,0 SZH:34,9 CK:1,1 SO:1,3
Karotta krémleves pirított tökmaggal (1;7) Bácskai tarhonyáshús (1;12) Vegyesvágott (10)	Magyaros zellerleves (1;9;12) Kelkáposzta főzelék (1;12) Sertéspörkölt (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1;6;7) Alma	Gyümölcs nektár 50 % 2 dl * Lecsós csirkecomb csíkok (1;12) Petrezselymes rizs	Kertészleves gazdagon (1;9;12) Tökfőzelék-kapros-cukkínis (1;7) Vagdalt pogácsa (1;3;6;8;11;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1;6;7)	Lencseleves füstölthússal (1;10;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1;6;7) Krumplisztészta (1;12) Alma
EN:564 ZS:23,6 TZS:4,1 FH:24,5 SZH:60,3 CK:6,5 SO:4,0	EN:678 ZS:28,8 TZS:3,9 FH:26,2 SZH:73,0 CK:0,7 SO:4,5	EN:452 ZS:16,6 TZS:2,5 FH:20,3 SZH:54,5 CK:0,3 SO:4,0	EN:714 ZS:44,8 TZS:8,7 FH:20,0 SZH:54,6 CK:5,8 SO:3,6	EN:972 ZS:27,0 TZS:4,6 FH:34,7 SZH:137,3 CK:6,3 SO:5,7
Magyaros sajtkrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7)	Tonhalkrém (4;6;7) Burgonyás kenyér (1;6;12)	Kockasajt, natúr (7) Korpás kifli (1;7)	Kenőmájas (6) Rozsos kenyér (1;6)	Gyümölcsjoghurt (7) kifli tejes (1;6;7)
EN:337 ZS:16,7 TZS:7,5 FH:8,0 SZH:37,2 CK:0,6 SO:1,5	EN:281 ZS:11,4 TZS:3,8 FH:10,5 SZH:33,1 CK:0,4 SO:1,3	EN:178 ZS:4,0 TZS:1,6 FH:5,8 SZH:28,8 CK:2,0 SO:0,1	EN:243 ZS:8,4 TZS:3,2 FH:9,9 SZH:31,1 CK:0,6 SO:1,5	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 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Toust szelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7)	Margarin (7) Félbarna kenyér (1) Tv paprika	Fahéjas kifli (1;3;7) Margarin (7)	Petrezselymes tojáskrém (3;7;10) Rozsos kenyér (1;6)	Burgonyás pogácsa (1;3;7)
EN:258 ZS:7,3 TZS:1,8 FH:6,6 SZH:39,4 CK:0,8 SO:2,0	EN:219 ZS:6,7 TZS:1,7 FH:5,9 SZH:32,2 CK:0,6 SO:0,1	EN:321 ZS:11,8 TZS:1,7 FH:7,7 SZH:47,8 CK:9,3 SO:0,9	EN:256 ZS:10,2 TZS:3,7 FH:8,7 SZH:31,1 CK:0,6 SO:1,4	EN:207 ZS:11,0 TZS:3,2 FH:4,2 SZH:25,8 CK:0,7 SO:1,2
Árpagyöngyleves (1;8;9;12) Csirkepaprikás (1;7;12) Durumtészta (1) Alma	Daragaluskaleves (1;3;9;12) Főtt sertéshús Sóskamártás (1;7) Burgonya féladag (12)	Paradicsomleves (1;9;12) Pásterbulgur (1;12) Vegyesallata	Hamis gulyásleves (1;9;12) Fejtet babfőzelék (1;7;12) Sült bécsi rudacska Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1;6;7)	Sertés raguleves (1;9;12) Tejbedara (1;7) Fahéjszórat Alma
EN:790 ZS:33,9 TZS:8,8 FH:28,2 SZH:88,3 CK:3,2 SO:3,7	EN:493 ZS:13,5 TZS:3,8 FH:23,6 SZH:64,1 CK:20,2 SO:3,8	EN:719 ZS:29,3 TZS:7,4 FH:21,6 SZH:89,8 CK:35,1 SO:3,1	EN:706 ZS:32,7 TZS:8,7 FH:25,3 SZH:68,9 CK:7,1 SO:3,5	EN:598 ZS:16,6 TZS:6,3 FH:22,6 SZH:83,0 CK:38,5 SO:2,0
Sárgarépás sajtkrém (7) Magvas kenyér (1;6)	Baromfipárizsi Delma joghurtos margarin (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7)	Kefír (7) kifli tejes (1;6;7)	Magvas kenyér (1;6) Lapka sajt (7) Delma light margarin Kígyóuborka	Fokhagymás sonkakrém (7;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7)
EN:238 ZS:8,6 TZS:4,1 FH:9,7 SZH:29,3 CK:0,5 SO:1,3	EN:309 ZS:13,6 TZS:3,5 FH:7,4 SZH:37,8 CK:0,8 SO:1,8	EN:145 ZS:1,5 TZS:0,1 FH:4,5 SZH:27,5 CK:1,7 SO:0,4	EN:232 ZS:7,4 TZS:2,8 FH:9,8 SZH:30,5 CK:1,9 SO:1,6	EN:276 ZS:10,2 TZS:2,5 FH:6,4 SZH:37,6 CK:0,7 SO:1,5

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