

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

| Hétfő                                                                                                                                                      | Kedd                                                                                                                                                                                           | Szerda                                                                                                                                                                   | Csütörtök                                                                                                                                                                                        | Péntek                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Tej 1,5% (7)<br/>Alma - áfonya lekvár<br/>Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7)</p> <p>EN:241 ZS:3,4 TZS:1,1 FH:5,8<br/>SZH:43,1 CK:15,4 SO:0,9</p>            | <p>Citromos tea<br/>Liga margarin<br/>Vizes zsemle (1)</p> <p>EN:198 ZS:2,7 TZS:0,6 FH:4,8<br/>SZH:37,2 CK:7,0 SO:0,1</p>                                                                      | <p>Gyümölcsös tea<br/>Főtt tojáskarika (3)<br/>Delma margarin<br/>Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7)</p> <p>EN:212 ZS:5,9 TZS:1,3 FH:5,4<br/>SZH:32,6 CK:6,4 SO:0,9</p>      | <p>Tej 1,5% (7)<br/>Briós (1;3;6;7)</p> <p>EN:214 ZS:5,8 TZS:2,5 FH:7,3<br/>SZH:33,0 CK:9,3 SO:0,4</p>                                                                                           | <p>Limonádé<br/>Szendvicsskrém vegyesfelvágottból (7)<br/>Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7)<br/>Kígyóuborka</p> <p>EN:273 ZS:9,9 TZS:3,8 FH:4,3<br/>SZH:37,4 CK:10,5 SO:1,1</p> |
| <p>Tejfőlös zöldbableves (1;7;12)<br/>Gombás sertésapró (12)<br/>Párolt rizs<br/>Alma</p> <p>EN:535 ZS:20,2 TZS:4,9 FH:20,3<br/>SZH:67,8 CK:2,2 SO:1,9</p> | <p>Reszelttészta leves (1;9;12)<br/>Zöldborsófőzelék (1;7)<br/>Sült rudacska<br/>Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1;6;7)</p> <p>EN:525 ZS:25,1 TZS:6,5 FH:20,8<br/>SZH:51,7 CK:6,3 SO:3,2</p> | <p>Brokkoli krémleves (1;7;12)<br/>Magyaros csirkemáj (1)<br/>Főtt burgonya (12)<br/>Káposztasaláta</p> <p>EN:414 ZS:15,0 TZS:4,4 FH:18,9<br/>SZH:45,8 CK:5,9 SO:3,7</p> | <p>Lebbencsleves (1;9;12)<br/>Paradicsomos káposzta (1)<br/>Sertéssült (1;12)<br/>Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1;6;7)</p> <p>EN:480 ZS:16,3 TZS:2,5 FH:18,9<br/>SZH:61,0 CK:18,0 SO:3,0</p> | <p>Csirkeraguleves (1;9;12)<br/>Dejós-Diósmetélt (1;7)<br/><br/>Alma</p> <p>EN:462 ZS:20,0 TZS:4,9 FH:16,2<br/>SZH:52,1 CK:1,2 SO:3,8</p>                                    |
| <p>Szendvicssonka<br/>Margarin<br/>Fehér kenyér (1;6)</p> <p>EN:166 ZS:3,0 TZS:0,7 FH:7,9<br/>SZH:26,2 CK:0,4 SO:1,2</p>                                   | <p>Sajtkrém, natúr (7)<br/>Burgonyás kenyér (1;6;12)<br/>Jégcsapretek</p> <p>EN:174 ZS:3,6 TZS:1,6 FH:5,4<br/>SZH:29,0 CK:1,4 SO:1,1</p>                                                       | <p>Kockasajt, natúr (7)<br/>kifli tejes (1;6;7)</p> <p>EN:176 ZS:3,9 TZS:1,6 FH:5,6<br/>SZH:28,9 CK:2,5 SO:0,5</p>                                                       | <p>Vajkrém, magyaros (7)<br/>Félbarna kenyér (1)</p> <p>EN:202 ZS:7,7 TZS:4,6 FH:5,2<br/>SZH:27,1 CK:1,0 SO:0,2</p>                                                                              | <p>Kefír (7)<br/>Teljeskiőrlésű kifli (1;6)</p> <p>EN:207 ZS:5,3 TZS:2,8 FH:9,3<br/>SZH:31,2 CK:6,3 SO:0,7</p>                                                               |

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                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| <p>Citromos tea<br/>Májusi csemege (6)<br/>Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7)<br/>Kígyóuborka</p> <p>EN:215 ZS:5,9 TZS:2,1 FH:5,4<br/>SZH:33,3 CK:6,6 SO:1,3</p>                   | <p>Gyümölcsös tea<br/>Lapka sajt (7)<br/>Margarin (7)<br/>Magvas zsemle (1)</p> <p>EN:270 ZS:8,0 TZS:3,0 FH:8,6<br/>SZH:36,4 CK:7,9 SO:1,1</p>                                                               | <p>Tej 1,5% (7)<br/>Póré tojáskrém (3;7;10)<br/>Rozsos kenyér (1;6)</p> <p>EN:252 ZS:8,6 TZS:3,5 FH:10,1<br/>SZH:31,0 CK:5,1 SO:1,1</p>                                       | <p>Limonádé<br/>Zöldfűszeres vajkrém (7)<br/>Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7)</p> <p>EN:255 ZS:8,9 TZS:4,7 FH:3,5<br/>SZH:38,0 CK:11,0 SO:1,0</p>     | <p>EN: ZS: TZS: FH:<br/>SZH: CK: SO:</p> |
| <p>Köménymagos rántottleves (1)<br/>Levesgyöngy (1;3;7)<br/>Bolognai spagetti (1;6;12)<br/>Sajtszórat (7)</p> <p>EN:510 ZS:24,2 TZS:7,9 FH:20,1<br/>SZH:51,6 CK:4,3 SO:2,4</p> | <p>Kacsacsontleves (1;9;12)<br/>Burgonyafőzelék (1;7;12)<br/>Csirkepörkölt (1;12)<br/>Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1;6;7)<br/>Alma</p> <p>EN:731 ZS:38,0 TZS:7,6 FH:23,4<br/>SZH:66,6 CK:1,6 SO:3,6</p> | <p>Fahéjas almaleves (1;7)<br/>100 %-os halrudacska (1;4)<br/>Párolt rizs<br/>Sárgarépás káposztasaláta</p> <p>EN:631 ZS:21,5 TZS:3,4 FH:14,6<br/>SZH:92,9 CK:25,9 SO:1,7</p> | <p>Kelkáposztaleves rudacskával (1;7;12)<br/>Lekváros derelye (1;3)<br/>Alma</p> <p>EN:926 ZS:24,9 TZS:5,6 FH:19,6<br/>SZH:112,4 CK:33,8 SO:4,7</p> | <p>EN: ZS: TZS: FH:<br/>SZH: CK: SO:</p> |
| <p>Körözött tehéntúróból (7)<br/>Fehér kenyér (1;6)</p> <p>EN:215 ZS:7,2 TZS:3,6 FH:9,3<br/>SZH:26,8 CK:1,5 SO:1,0</p>                                                         | <p>Delma light margarin<br/>Vizes zsemle (1)<br/>Rágórépa</p> <p>EN:179 ZS:2,7 TZS:0,6 FH:5,0<br/>SZH:32,7 CK:0,9 SO:0,1</p>                                                                                 | <p>Sertéspárizsi<br/>Delma light margarin<br/>Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7)<br/>Tv paprika</p> <p>EN:210 ZS:7,9 TZS:2,3 FH:5,2<br/>SZH:27,9 CK:0,4 SO:1,3</p>                | <p>Natúr joghurt (7)<br/>kifli tejes (1;6;7)</p> <p>EN:226 ZS:5,9 TZS:2,9 FH:9,4<br/>SZH:33,1 CK:7,3 SO:0,4</p>                                     | <p>EN: ZS: TZS: FH:<br/>SZH: CK: SO:</p> |

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.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

| Hétfő                                                                                                                                                                        | Kedd                                                                                                                                                                                                                               | Szerda                                                                                                                                                                 | Csütörtök                                                                                                                                                                                                             | Péntek                                                                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Citromos tea<br/>Olasz felvágott<br/>Delma joghurtos margarin (7)<br/>Félbarna kenyér (1)</p> <p>EN:242 ZS:8,6 TZS:2,6 FH:7,1<br/>SZH:32,6 CK:6,6 SO:0,5</p>              | <p>Tej 1,5% (7)<br/>Gabonapehely (1;7)</p> <p>EN:129 ZS:2,1 TZS:1,2 FH:4,4<br/>SZH:21,0 CK:11,0 SO:0,2</p>                                                                                                                         | <p>Gyümölcsös tea<br/>Zala felvágott<br/>Margarin<br/>Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7)<br/>Tv paprika</p> <p>EN:237 ZS:7,9 TZS:2,3 FH:5,8<br/>SZH:34,0 CK:6,5 SO:1,3</p> | <p>Tej 1,5% (7)<br/>Liga maragrín<br/>Vizes zsemle (1)<br/>Paradicsom</p> <p>EN:226 ZS:4,2 TZS:1,6 FH:7,9<br/>SZH:36,4 CK:5,5 SO:0,1</p>                                                                              | <p>Limonádé<br/>Vajkrém, natúr (7)<br/>Burgonyás kenyér (1;6;12)</p> <p>EN:257 ZS:8,2 TZS:4,6 FH:4,9<br/>SZH:39,1 CK:10,9 SO:1,0</p>                                                                 |
| <p>Karotta krémleves pirított<br/>tökmaggal (1;7)<br/>Bácskai tarhonyáshús (1;12)<br/>Vegyesvágott (10)</p> <p>EN:469 ZS:19,9 TZS:3,4 FH:20,7<br/>SZH:49,1 CK:4,7 SO:3,1</p> | <p>Magyaros zellerleves (1;9;12)<br/>Kelkáposzta főzelék (1;12)<br/>Vagdalt pogácsa (1;3;6;8;11;12)<br/>Teljes kiőrlésű kenyér - féladag<br/>(1;6;7)<br/>Alma</p> <p>EN:710 ZS:44,5 TZS:6,8 FH:18,7<br/>SZH:54,9 CK:0,5 SO:2,8</p> | <p>Gyümölcs nektár 50 % 2 dl *<br/>Lecsós csirkecomb csíkok (1;12)<br/>Petrezselymes rizs</p> <p>EN:369 ZS:13,2 TZS:2,0 FH:15,9<br/>SZH:46,1 CK:0,2 SO:3,2</p>         | <p>Kertészleves gazdagon (1;9;12)<br/>Tökfőzelék-kapros-cukkínis (1;7)<br/>Sertéspörkölt (1;12)<br/>Teljes kiőrlésű kenyér - féladag<br/>(1;6;7)</p> <p>EN:417 ZS:16,8 TZS:3,8 FH:19,1<br/>SZH:44,5 CK:5,0 SO:3,9</p> | <p>Lencseleves füstölthússal<br/>(1;10;12)<br/>Teljes kiőrlésű kenyér - féladag<br/>(1;6;7)<br/>Krumplisztésza (1;12)<br/>Alma</p> <p>EN:760 ZS:21,0 TZS:3,5 FH:26,9<br/>SZH:108,0 CK:4,9 SO:4,6</p> |
| <p>Magyaros sajtkrém (7)<br/>Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7)</p> <p>EN:234 ZS:11,2 TZS:5,0 FH:5,6<br/>SZH:26,5 CK:0,4 SO:1,0</p>                                              | <p>Tonhalkrém (4;6;7)<br/>Burgonyás kenyér (1;6;12)</p> <p>EN:225 ZS:8,7 TZS:2,9 FH:8,3<br/>SZH:27,6 CK:0,4 SO:1,0</p>                                                                                                             | <p>Kockasajt, natúr (7)<br/>Korpás kifli (1;7)</p> <p>EN:178 ZS:4,0 TZS:1,6 FH:5,8<br/>SZH:28,8 CK:2,0 SO:0,1</p>                                                      | <p>Kenőmájas (6)<br/>Rozsos kenyér (1;6)</p> <p>EN:189 ZS:5,7 TZS:2,1 FH:7,6<br/>SZH:25,9 CK:0,5 SO:1,2</p>                                                                                                           | <p>Gyümölcsjoghurt (7)<br/>kifli tejes (1;6;7)</p> <p>EN:221 ZS:3,4 TZS:1,3 FH:8,7<br/>SZH:37,9 CK:11,9 SO:0,5</p>                                                                                   |

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                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Citromos tea<br/>Toust szelet<br/>Margarin<br/>Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7)</p> <p>EN:208 ZS:5,0 TZS:1,2 FH:4,6<br/>SZH:34,2 CK:6,6 SO:1,4</p>         | <p>Kakaó (7)<br/>Margarin (7)<br/>Félbarna kenyér (1)<br/>Tv paprika</p> <p>EN:266 ZS:7,0 TZS:2,7 FH:8,9<br/>SZH:38,1 CK:11,3 SO:0,1</p>                                | <p>Tej 1,5% (7)<br/>Fahéjas kifli (1;3;7)<br/>Margarin (7)</p> <p>EN:353 ZS:11,3 TZS:2,2 FH:10,6<br/>SZH:52,3 CK:13,9 SO:0,9</p>           | <p>Gyümölcsös tea<br/>Petrezselymes tojáskrém (3;7;10)<br/>Rozsos kenyér (1;6)</p> <p>EN:230 ZS:7,7 TZS:2,7 FH:7,0<br/>SZH:32,0 CK:6,5 SO:1,1</p>                                                                   | <p>Limonádé<br/>Burgonyás pogácsa (1;3;6;7)</p> <p>EN:252 ZS:11,0 TZS:3,2 FH:4,2<br/>SZH:36,2 CK:10,8 SO:1,2</p>                                |
| <p>Árpagyöngyleves (1;8;9;12)<br/>Csirkepaprikás (1;7;12)<br/>Durumtészta (1)<br/>Alma</p> <p>EN:646 ZS:28,9 TZS:7,5 FH:23,0<br/>SZH:69,6 CK:2,5 SO:3,2</p> | <p>Daragaluskaleves (1;3;9;12)<br/>Főtt sertéshús<br/>Sóskamártás (1;7)<br/>Burgonya féladag (12)</p> <p>EN:395 ZS:10,7 TZS:3,1 FH:19,5<br/>SZH:50,8 CK:15,2 SO:3,0</p> | <p>Paradicsomleves (1;9;12)<br/>Pásterbulgur (1;12)<br/>Vegyesallata</p> <p>EN:590 ZS:24,6 TZS:6,3 FH:18,0<br/>SZH:72,0 CK:26,8 SO:2,5</p> | <p>Hamis gulyásleves (1;9;12)<br/>Fejtet babfőzelék (1;7;12)<br/>Pörkölt bécsi rudacskából (1;12)<br/>Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1;6;7)</p> <p>EN:657 ZS:33,9 TZS:7,8 FH:21,2<br/>SZH:59,4 CK:6,3 SO:4,6</p> | <p>Sertés raguleves (1;9;12)<br/>Tejbedara (1;7)<br/>Fahéjszórat<br/>Alma</p> <p>EN:476 ZS:13,5 TZS:4,9 FH:18,3<br/>SZH:65,3 CK:30,2 SO:1,6</p> |
| <p>Sajtkrém, natúr (7)<br/>Magvas kenyér (1;6)<br/>Rágórépa</p> <p>EN:168 ZS:3,6 TZS:1,6 FH:6,3<br/>SZH:26,8 CK:1,5 SO:1,2</p>                              | <p>Baromfipárizsi<br/>Delma joghurtos margarin (7)<br/>Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7)</p> <p>EN:216 ZS:9,2 TZS:2,3 FH:5,1<br/>SZH:27,0 CK:0,6 SO:1,3</p>                | <p>Kefír (7)<br/>Teljeskiőrlésű kifli (1;6)</p> <p>EN:127 ZS:0,9 TZS:0,1 FH:4,9<br/>SZH:25,6 CK:0,6 SO:0,6</p>                             | <p>Magvas kenyér (1;6)<br/>Lapka sajt (7)<br/>Delma light margarin<br/>Kígyóuborka</p> <p>EN:198 ZS:6,2 TZS:2,5 FH:8,8<br/>SZH:25,8 CK:1,8 SO:1,4</p>                                                               | <p>Fokhagymás sonkakrém (7;12)<br/>Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7)</p> <p>EN:200 ZS:7,6 TZS:1,8 FH:4,6<br/>SZH:26,9 CK:0,5 SO:1,1</p>            |

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.