

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Abaúj natúr sajtkrém (7) Magvas kenyér (1;6) Hónapos retek EN:192 ZS:1,7 TZS:0,1 FH:8,0 SZH:34,9 CK:0,6 SO:1,2	Teljes kiőrlésű kenyér (1) Baromfipárizsi Delma light margarin EN:267 ZS:9,0 TZS:2,0 FH:7,1 SZH:37,4 CK:0,7 SO:1,8	Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika EN:229 ZS:5,7 TZS:1,1 FH:4,4 SZH:38,0 CK:0,6 SO:1,3	Főtt tojáskarika (3) Delma light margarin Szezámagos zsemle (1;11) Kígyóuborka EN:214 ZS:7,0 TZS:1,8 FH:8,1 SZH:28,4 CK:0,8 SO:0,6	Kefír (7) Tejes kifli (1;6;7) EN:225 ZS:5,9 TZS:2,7 FH:9,0 SZH:33,1 CK:7,3 SO:0,4
Tejszínes hagymakrémléves (1;7;12) Édes-savanyú csirkemell (1;6) Párolt rizs EN:622 ZS:19,8 TZS:5,3 FH:23,8 SZH:86,3 CK:8,6 SO:4,1	Hamis gulyásleves (1;9;12) Rakott brokkoli (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma EN:817 ZS:42,3 TZS:12,8 FH:25,9 SZH:78,4 CK:4,7 SO:3,9	Karotta krémléves pirított tökmaggal (1;7) Zöldborsós fokhagymás aprópecsenye (12) Kuszkusz (1;7) EN:737 ZS:31,8 TZS:9,8 FH:31,0 SZH:77,9 CK:8,4 SO:3,5	Olasz zöldségleves (1;9;12) Burgonyafőzelék (1;7;12) Sertéspörkölt (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) EN:750 ZS:31,1 TZS:6,9 FH:27,6 SZH:81,3 CK:2,2 SO:5,1	Májgaluska leves (1;3;9;12) Töltött nudli (1;3;7;12) Cseresznye EN:1008 ZS:31,2 TZS:7,5 FH:23,1 SZH:154,3 CK:44,6 SO:7,3
Pritaminpaprikás húskenyér (6) Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:310 ZS:13,6 TZS:3,9 FH:8,1 SZH:37,3 CK:0,6 SO:1,8	Kockasajt, natúr (7) Szezámos-lenmagvas kifli (1;7;11) EN:217 ZS:8,6 TZS:2,3 FH:7,1 SZH:26,2 CK:2,7 SO:0,5	Túrókrém ananász (7) Császárszemle (1;6) EN:229 ZS:5,4 TZS:2,3 FH:9,1 SZH:35,3 CK:6,2 SO:0,6	Túrósbatyu (1;3;7) EN:325 ZS:6,6 TZS:1,9 FH:11,5 SZH:52,4 CK:17,0 SO:1,0	Szendvicssaláta vegyesfelvágottból (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:324 ZS:14,6 TZS:5,7 FH:5,8 SZH:37,4 CK:0,6 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 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
	Zala felvágott Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Körözött tehéntúróból (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Pulyka sonkaszelet Teljes kiőrlésű kenyér (1) Margarin (7) Tv paprika	Kenőmájás (6) Teljes kiőrlésű kenyér (1)
EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:309 ZS:13,5 TZS:3,8 FH:7,4 SZH:37,7 CK:0,7 SO:1,8	EN:306 ZS:11,5 TZS:4,8 FH:9,9 SZH:38,6 CK:1,9 SO:1,4	EN:292 ZS:10,6 TZS:2,1 FH:7,5 SZH:39,5 CK:0,7 SO:1,9	EN:267 ZS:9,1 TZS:2,7 FH:7,5 SZH:37,2 CK:0,6 SO:1,6
	Csurgatott tojásleves (1;3) Zabpelyhes paradicsomos káposzta (1) Sültkolbász Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma	Köménymagos rántottleves (1) Pirított zsemlekočka (1) Rántott csirkemell (1;3;7) Főtt burgonya (12) Káposztasaláta	Zelleres burgonyaleves (1;9;12) Zöldborsófőzelék (1;7) Ízes pulykatokány (12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1)	Kolbászos bableves (1;12) Tejbedara (1;7) Kakaósórat Cseresznye
EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:794 ZS:43,5 TZS:12,2 FH:17,7 SZH:79,5 CK:21,1 SO:3,9	EN:870 ZS:38,4 TZS:4,9 FH:29,9 SZH:93,7 CK:7,7 SO:5,0	EN:709 ZS:23,7 TZS:5,9 FH:35,8 SZH:82,4 CK:8,3 SO:4,4	EN:866 ZS:30,9 TZS:12,2 FH:26,3 SZH:112,9 CK:40,7 SO:2,6
	Szezámragos sajtkrém (7;11) Búzakorpás diákrúd (1;7)	Liga margarin Burgonyás kenyér (1;6;12) Paradicsom	Lapka sajt (7) Delma light margarin Vizes zsemle (1)	Csicskeriborsókrém (7;12) Magvas zsemle (1)
EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:200 ZS:6,1 TZS:2,4 FH:6,3 SZH:28,6 CK:2,6 SO:1,0	EN:231 ZS:4,7 TZS:1,0 FH:6,4 SZH:39,4 CK:0,5 SO:1,3	EN:186 ZS:4,0 TZS:1,2 FH:5,2 SZH:31,2 CK:1,1 SO:0,2	EN:257 ZS:3,3 TZS:1,2 FH:10,6 SZH:41,5 CK:1,3 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 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.