

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Gyümölcsös tea Abaúj natúr sajtkrém (7) Magvas kenyér (1;6) Hónapos retek EN:161 ZS:1,2 TZS:0,1 FH:5,6 SZH:30,9 CK:6,5 SO:0,9	Tej 2,8% (7) Gabonapehely (1;7) EN:141 ZS:3,4 TZS:2,1 FH:4,4 SZH:21,0 CK:11,0 SO:0,2	Citromos tea Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika EN:191 ZS:3,9 TZS:0,7 FH:3,2 SZH:33,6 CK:6,5 SO:0,9	Kakaó (7) Fahéjas kifli (1;3;7) EN:359 ZS:8,3 TZS:1,6 FH:11,7 SZH:58,7 CK:20,0 SO:0,9	Gyümölcsös tea Szendvicsskrém vegyesfelvágottból (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:251 ZS:9,9 TZS:3,8 FH:4,1 SZH:32,8 CK:6,5 SO:1,1
Tejszínes hagymakrémleves (1;7;12) Édes-savanyú csirkemell (1;6) Párolt rizs EN:466 ZS:14,8 TZS:4,0 FH:17,9 SZH:64,7 CK:6,5 SO:3,1	Hamis gulyásleves (1;9;12) Brokkolifőzelék (1;7;12) Vajas csirkemell csíkok (7) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma EN:486 ZS:18,3 TZS:2,7 FH:21,6 SZH:56,7 CK:3,1 SO:3,2	Karotta krémleves pirított tökmaggal (1;7) Zöldborsós fokhagymás aprópecsenye (12) Kuskusz (1;7) EN:550 ZS:23,8 TZS:7,4 FH:23,1 SZH:58,1 CK:6,0 SO:2,1	Olasz zöldségleves (1;9;12) Burgonyafőzelék (1;7;12) Natúr baromfi vagdalt (1;3;6) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Csokiparány (1;7) EN:856 ZS:46,5 TZS:14,7 FH:16,3 SZH:87,1 CK:10,5 SO:2,5	Májgaluska leves (1;3;9;12) Töltött nudli (1;3;7;12) Cseresznye EN:761 ZS:23,4 TZS:5,6 FH:17,4 SZH:116,8 CK:33,6 SO:5,5
Pritaminpaprikás húskenyér (6) Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:216 ZS:9,2 TZS:2,6 FH:5,6 SZH:26,6 CK:0,4 SO:1,3	Kockasajt, natúr (7) Szezám-senmagvas 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 ananászos (7) Császárszemle (1;6) EN:210 ZS:4,5 TZS:1,8 FH:8,0 SZH:33,9 CK:4,8 SO:0,6	Főtt tojáskarika (3) Margarin (7) Szezám-magos szemle (1;11) Kígyóuborka EN:209 ZS:7,0 TZS:1,8 FH:7,0 SZH:28,4 CK:0,8 SO:0,6	Abaúj kefir (7) kifli tejes (1;6;7) EN:198 ZS:4,4 TZS:1,8 FH:7,5 SZH:31,2 CK:1,6 SO:0,4

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
	Limonádé Zala felvágott Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Mézes tea Körözött tehéntúróból (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Tej 1,5% (7) Pulyka sonkaszelet Margarin (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika	Citromos tea Kenőmájás (6) Teljes kiőrlésű kenyér (1)
EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:268 ZS:9,8 TZS:2,8 FH:5,6 SZH:37,3 CK:10,6 SO:1,3	EN:246 ZS:8,6 TZS:3,7 FH:7,3 SZH:33,3 CK:6,9 SO:1,0	EN:216 ZS:4,4 TZS:1,4 FH:8,5 SZH:32,8 CK:5,1 SO:1,4	EN:223 ZS:7,0 TZS:2,2 FH:5,7 SZH:32,7 CK:6,5 SO:1,1
	Csupogtatott tojásleves (1;3) Zabpelyhes paradicsomos káposzta (1) Sültkolbász Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma	Köménymagos rántottleves (1) Pirított zsemlekocka (1) Csirkepaprikás (1;7;12) Durumtészta (1)	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:597 ZS:32,6 TZS:9,2 FH:13,3 SZH:60,1 CK:15,8 SO:2,9	EN:596 ZS:30,6 TZS:7,5 FH:19,9 SZH:58,0 CK:2,8 SO:2,8	EN:532 ZS:17,8 TZS:4,4 FH:26,9 SZH:61,8 CK:6,2 SO:3,3	EN:654 ZS:23,2 TZS:9,2 FH:19,8 SZH:85,7 CK:30,7 SO:1,9
	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:186 ZS:4,9 TZS:1,8 FH:5,9 SZH:28,2 CK:2,2 SO:0,9	EN:165 ZS:3,2 TZS:0,7 FH:4,6 SZH:28,4 CK:0,4 SO:0,9	EN:177 ZS:3,0 TZS:0,9 FH:5,2 SZH:31,2 CK:1,1 SO:0,1	EN:233 ZS:2,7 TZS:0,9 FH:9,3 SZH:38,3 CK:1,1 SO:1,3

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

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Citromos tea Toust szelet Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Hónapos retek EN:209 ZS:5,0 TZS:1,2 FH:4,7 SZH:34,4 CK:6,7 SO:1,4	Tej 1,5% (7) Póré s tojáskrém (3;7;10) Magvas zsemle (1) EN:283 ZS:9,2 TZS:3,5 FH:10,4 SZH:33,9 CK:5,1 SO:1,0	Kakaó (7) Zöldséges szelet Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:304 ZS:11,1 TZS:3,9 FH:8,7 SZH:38,5 CK:11,3 SO:1,5	Gyümölcsös tea Párizsi krém (7;10) Paradicsom Rozsos kenyér (1;6) EN:259 ZS:10,8 TZS:4,7 FH:6,2 SZH:33,1 CK:6,6 SO:1,2	Tej 1,5% (7) Vajkrém, magyaros (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:260 ZS:10,4 TZS:5,7 FH:6,3 SZH:32,3 CK:5,5 SO:1,1
Lebbencsleves (1;9;12) Tejfőlös karfiolfőzelék (1;7;12) Pörkölt bécsi rudacsából (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér - félada (1) Alma EN:537 ZS:29,8 TZS:6,8 FH:14,6 SZH:49,0 CK:0,8 SO:5,4	Zöldborsóleves (1) Tejszínes ananász csirkemell (1;7) Párolt rizs EN:463 ZS:12,6 TZS:3,3 FH:21,7 SZH:65,1 CK:2,8 SO:2,0	Őszibarackkrémleves (1;7) 100 %-os halrudacska (1;4) Főtt burgonya (12) Csemege uborka (10) EN:494 ZS:16,3 TZS:2,8 FH:12,6 SZH:70,4 CK:20,2 SO:2,2	Reszelttészta leves (1;9;12) Rakott kelkáposzta (7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - félada (1) EN:439 ZS:19,1 TZS:4,9 FH:21,7 SZH:42,8 CK:1,2 SO:2,8	Gulyásleves (9;12) Túrós csusza (1;7) Cseresznye EN:618 ZS:30,1 TZS:9,2 FH:24,5 SZH:59,3 CK:4,9 SO:2,3
Natúr joghurt (7) kifli tejes (1;6;7) EN:226 ZS:5,9 TZS:2,9 FH:9,4 SZH:33,1 CK:7,3 SO:0,4	Füstölt sajtkrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka EN:245 ZS:11,8 TZS:5,5 FH:6,6 SZH:26,9 CK:0,4 SO:1,1	Mazsolás túrókrém (7) Fehér kenyér (1;6) EN:188 ZS:3,1 TZS:1,6 FH:8,7 SZH:29,6 CK:4,1 SO:0,9	Kockasajt, natúr (7) kifli tejes (1;6;7) EN:190 ZS:4,9 TZS:2,3 FH:6,1 SZH:29,5 CK:2,8 SO:0,6	Szendvicssonka Liga margarin Burgonyás kenyér (1;6;12) EN:178 ZS:3,6 TZS:0,8 FH:7,4 SZH:28,1 CK:0,4 SO:1,1

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 Alma - áfonya lekvár Fehér kenyér (1;6) EN:196 ZS:0,5 TZS:0,0 FH:5,0 SZH:40,8 CK:14,3 SO:0,9	Gyümölcsös tea Soproni felvágott Delma multivitaminos margarin Magvas zsemle (1) EN:270 ZS:8,8 TZS:2,7 FH:7,6 SZH:35,6 CK:6,9 SO:1,2	Kakaó (7) Löncshús Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:285 ZS:9,0 TZS:3,4 FH:9,3 SZH:37,9 CK:11,3 SO:1,5	Gyümölcsös tea Trappista sajt (7) Delma light margarin Császárszemle (1;6) EN:259 ZS:8,4 TZS:3,8 FH:9,9 SZH:35,6 CK:6,6 SO:0,9	Tej 1,5% (7) Briós (1;3;6;7) EN:214 ZS:5,8 TZS:2,5 FH:7,3 SZH:33,0 CK:9,3 SO:0,4
Magyaros zellerleves (1;9;12) Sült csirkecomb-mustáros (10) Rizs-tricolor Uborkasaláta EN:615 ZS:18,4 TZS:2,7 FH:23,9 SZH:87,6 CK:5,3 SO:3,4	Kertészleves gazdagon (1;9;12) Rakott zöldbab (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma EN:563 ZS:30,6 TZS:9,3 FH:18,4 SZH:55,6 CK:4,2 SO:3,3	Brokkoli krémleves (1;7;12) Levesgyöngy (1;3;7) Magyaros csirkemáj (1) Sárgarépás bulgur (1) Káposztasaláta EN:685 ZS:27,9 TZS:6,7 FH:26,3 SZH:79,9 CK:14,1 SO:3,5	Csontleves (1;9;12) Vegyes gyümölcsmártás (1;7) Főtt sertéshús Burgonya féladag (12) EN:443 ZS:11,1 TZS:4,9 FH:24,8 SZH:56,3 CK:17,9 SO:2,1	Legényfogó leves (1;7;9;12) Darásmetélt (1) Sárgabarckíz Cseresznye EN:487 ZS:12,6 TZS:2,9 FH:19,5 SZH:71,4 CK:11,2 SO:3,4
Sárgarépás sajtkrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:188 ZS:6,3 TZS:2,3 FH:3,7 SZH:27,6 CK:1,3 SO:1,1	Tejfölös túró (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldhagyma EN:143 ZS:1,9 TZS:0,1 FH:3,1 SZH:26,6 CK:0,4 SO:0,8	Abaúj kefir (7) kifli tejes (1;6;7) EN:198 ZS:4,4 TZS:1,8 FH:7,5 SZH:31,2 CK:1,6 SO:0,4	Főtt rudacska Mustár (10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:322 ZS:18,2 TZS:4,8 FH:11,3 SZH:27,2 CK:1,1 SO:2,5	Liga margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika EN:164 ZS:3,9 TZS:0,7 FH:3,2 SZH:27,4 CK:0,4 SO:0,9

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.