

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Kárpáti szalámi Finomino Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Zalafelvágott krém (7) Fehér kenyér (1;6) Paradicsom	Mixxel szórt pogácsa (1;3;6;7)	Vajkrém, natúr (7) Császárszemle (1;6) Kígyóborka	Kenőmájas (6) Rozsos kenyér (1;5;8;11) Zöldhagyma
EN:344 ZS:17,5 TZS:5,0 FH:8,2 SZH:37,3 CK:0,7 SO:1,9	EN:288 ZS:11,3 TZS:4,8 FH:8,6 SZH:37,0 CK:0,7 SO:1,5	EN:216 ZS:14,8 TZS:3,0 FH:6,0 SZH:22,6 CK:0,7 SO:0,6	EN:261 ZS:12,3 TZS:6,9 FH:5,7 SZH:31,7 CK:1,2 SO:0,9	EN:281 ZS:10,2 TZS:3,5 FH:10,9 SZH:30,2 CK:2,8 SO:0,8
Tejfölös zöldbableves (1;7;12) Húsos-halas ragu (1;4) Durumtészta (1) Sajtszórat (7) Alma	Zelleres burgonyaleves (1;9;12) Székelykáposzta (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1)	Brokkoli krémleves (1;7;12) Levesgyöngy (1;3;7) Rántott csirkemell (1;3;7) Petrezselymes rizs Vegyeskompót	Csontleves (1;9;12) Burgonyafőzelék (1;7;12) Csirkepörkölt (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1)	Kolbászos bableves (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Sajtos-tejfölös spagetti (1;7) Alma
EN:707 ZS:30,7 TZS:9,1 FH:28,6 SZH:78,5 CK:5,7 SO:3,7	EN:607 ZS:27,4 TZS:7,6 FH:26,3 SZH:58,6 CK:1,0 SO:5,5	EN:926 ZS:44,4 TZS:9,3 FH:28,9 SZH:100,9 CK:11,2 SO:4,1	EN:618 ZS:20,7 TZS:4,6 FH:24,9 SZH:76,1 CK:1,9 SO:3,2	EN:809 ZS:30,9 TZS:10,2 FH:24,1 SZH:105,0 CK:4,2 SO:3,7
Liga margarin Tv paprika Korpás zsemle (1)	Szendvicssonka (7) Delma joghurtos margarin (7) Vizes zsemle (1)	Kockasajt, sonkás (7) Teljeskiőrlésű kifli (1;6)	Mazsolás túrókrém (7) Fehér kenyér (1;6)	Epres joghurt (7) Korpás kifli (1;7)
EN:188 ZS:3,9 TZS:0,9 FH:5,5 SZH:30,5 CK:1,1 SO:0,7	EN:240 ZS:8,0 TZS:1,5 FH:9,3 SZH:31,9 CK:0,9 SO:0,6	EN:160 ZS:3,5 TZS:1,8 FH:6,6 SZH:26,4 CK:1,3 SO:0,8	EN:258 ZS:4,1 TZS:2,1 FH:11,9 SZH:41,2 CK:5,5 SO:1,2	EN:207 ZS:3,1 TZS:1,0 FH:8,1 SZH:35,8 CK:9,4 SO:0,1

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
Vajkrém, magyaros (7) Rágórépa Rozsos zsemle (1)	Zala felvágott Liga margarin Zöldhagyma Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Szezámagos sajtkrém (7;11) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Túrókrém zöldhagymás (7) Burgonyás kenyér (1;6;12)	Csirkemell sonka Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Lilahagyma
EN:236 ZS:11,1 TZS:7,1 FH:5,7 SZH:34,7 CK:1,4 SO:1,0	EN:294 ZS:11,1 TZS:3,2 FH:8,2 SZH:37,9 CK:0,6 SO:1,9	EN:252 ZS:7,3 TZS:2,5 FH:5,8 SZH:38,8 CK:2,1 SO:1,6	EN:237 ZS:5,6 TZS:2,8 FH:10,5 SZH:34,5 CK:0,8 SO:1,7	EN:309 ZS:9,9 TZS:1,8 FH:9,5 SZH:43,6 CK:0,6 SO:1,9
Zöldborsóleves (1;12) Vajasgaluska (1;3;7) Bakonyi ragu csirkehúsból (1;7) Párolt rizs Mandarin	Libacsontleves csigatésztával (1;3;9;12) Húsgombóc (3;12) Paradicsommártás (1;9) Főtt burgonya (12)	Csurgatott tojásleves (1;3) Lasagne (1;7)	Hamis gulyásleves (1;9;12) Rácz zöldbab (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma	Kelkáposztaleves rudacskával (1;7;12) Töltött gombóc (1) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1)
EN:839 ZS:29,3 TZS:7,5 FH:31,4 SZH:110,4 CK:0,8 SO:3,6	EN:746 ZS:27,4 TZS:5,9 FH:26,0 SZH:92,1 CK:16,0 SO:4,7	EN:602 ZS:25,1 TZS:9,2 FH:29,3 SZH:63,2 CK:2,9 SO:2,1	EN:642 ZS:34,2 TZS:8,9 FH:22,5 SZH:60,1 CK:5,0 SO:3,2	EN:813 ZS:29,9 TZS:6,7 FH:19,8 SZH:110,3 CK:31,0 SO:5,9
Natúr húskenyér Delma joghurtos margarin (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Szendvicsskrém vegyesfelvágottból (7) Rozsos zsemle (1)	Baromfipárizsi Delma light margarin Magvas zsemle (1) Tv paprika	Mákos búrkifli (1;6)	Abaúj natúr joghurt 100g (7) Tejes kifli (1;6;7)
EN:339 ZS:16,7 TZS:5,0 FH:6,9 SZH:38,8 CK:0,6 SO:1,9	EN:248 ZS:12,5 TZS:5,8 FH:6,4 SZH:30,7 CK:0,8 SO:1,0	EN:247 ZS:8,4 TZS:2,5 FH:8,2 SZH:30,1 CK:0,7 SO:1,3	EN:232 ZS:10,1 TZS:4,3 FH:4,0 SZH:24,1 CK:11,3 SO:0,2	EN:199 ZS:4,4 TZS:1,9 FH:7,8 SZH:31,2 CK:5,4 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, szulfitek; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Abaúj natúr sajtkrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Margarinos pogácsa (1;6;7)	Szezámagos vajkrém (7;11) Teljes kiőrlésű zsemle (1;6) Jégcsapretek	Delma light margarin Bécsi felvágott Jégsaláta Teljes kiőrlésű zsemle (1;6)	Csirkemáj pástétom (7;10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldhagyma
EN:243 ZS:5,1 TZS:1,7 FH:7,3 SZH:40,4 CK:3,3 SO:1,6	EN:216 ZS:13,1 TZS:1,2 FH:4,6 SZH:27,8 CK:3,3 SO:0,6	EN:271 ZS:12,3 TZS:6,7 FH:7,4 SZH:33,7 CK:1,3 SO:1,1	EN:271 ZS:11,9 TZS:4,3 FH:9,8 SZH:32,3 CK:0,8 SO:1,4	EN:266 ZS:7,6 TZS:1,7 FH:8,4 SZH:37,9 CK:0,6 SO:1,3
Tökmagos Sütőtökrémleves (1;7) Mustáros csirkecomb csíkok (10) Zöldséges kuskusz (1;7)	Zöldségleves (9;12) Vajasgaluska tk lisztből (1;3;7) Rakott karfiol (7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma	Bazsalikomos paradicsomleves (1) Magyaros csirkemáj (1) Párolt rizs Mongol saláta (10) *	Reszelttészta leves (1;9;12) Fahéjas szilvamártás (1;7) Főtt sertéshús Főtt burgonya (12)	Fehérbaleves f.hússal (1;9;12) Darásmetélt (1) Barack lekvár Alma
EN:570 ZS:19,1 TZS:6,2 FH:28,9 SZH:68,6 CK:16,6 SO:3,2	EN:602 ZS:31,7 TZS:10,3 FH:23,6 SZH:53,1 CK:2,8 SO:3,9	EN:720 ZS:22,2 TZS:3,3 FH:25,5 SZH:103,2 CK:18,3 SO:2,8	EN:676 ZS:19,1 TZS:6,1 FH:32,6 SZH:86,3 CK:26,1 SO:2,9	EN:776 ZS:22,0 TZS:5,3 FH:28,0 SZH:113,9 CK:19,7 SO:5,5
Májusi csemege (6) Búzakorpás diákrúd (1;7) Delma multivitaminos margarin Tv paprika	Tejfölös túró (7) Fehér kenyér (1;6) Lilahagyma	Dejós búrkifli (1;6;8)	Lapka sajt (7) Liga margarin Magvas zsemle (1)	Abaúj kefir (7) Tejes kifli (1;6;7)
EN:260 ZS:12,2 TZS:4,2 FH:7,7 SZH:28,4 CK:1,2 SO:1,2	EN:256 ZS:3,5 TZS:1,8 FH:11,3 SZH:42,7 CK:1,5 SO:2,1	EN:237 ZS:10,8 TZS:4,2 FH:3,8 SZH:24,4 CK:10,7 SO:0,2	EN:236 ZS:6,9 TZS:2,8 FH:8,7 SZH:30,3 CK:2,0 SO:1,3	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
Aro fokhagymás szelet Vizes zsemle (1) Liga margarin	Alma - áfonya lekvár Fehér kenyér (1;6)	Ízes sonka Delma multivitaminos margarin Szezám-magos zsemle (1;11)	Zöldfűszeres vajkrém (7) Rozsos kenyér (1;5;8;11) Zöldhagyma	Füstölt-tarjás szendvicskrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka
EN:237 ZS:8,7 TZS:2,9 FH:7,6 SZH:31,3 CK:0,9 SO:0,6	EN:260 ZS:0,7 TZS:0,0 FH:6,9 SZH:53,9 CK:16,2 SO:1,2	EN:299 ZS:7,9 TZS:2,0 FH:8,6 SZH:28,2 CK:1,1 SO:1,2	EN:301 ZS:12,9 TZS:7,2 FH:7,6 SZH:31,9 CK:3,4 SO:0,6	EN:261 ZS:7,7 TZS:3,1 FH:7,3 SZH:38,6 CK:1,0 SO:1,9
Köménymagos rántottleves (1) Pirított zsemlekocka (1) Édes-savanyú csirkemell (1;6;10) Párolt rizs	Olasz zöldségleves (1;9;12) Babfőzelék (1;7;12) Sült rudacska Teljes kiőrlésű kenyér (1) Alma	Karfiol krémleves (1;7;12) Levesgyöngy (1;3;7) Gyros-os csirke Főtt burgonya (12) Saláta friss	Magyaros burgonyaleves tarhonyával (1;12) Finomfőzelék (1;7) Vagdalt pogácsa (1;3;6;8;11;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Legényfogó leves (1;7;9;12) Káposztás kocka (1) Alma
EN:644 ZS:19,8 TZS:2,6 FH:22,2 SZH:93,7 CK:6,9 SO:3,0	EN:812 ZS:28,5 TZS:8,0 FH:29,3 SZH:99,4 CK:3,1 SO:4,8	EN:649 ZS:31,0 TZS:9,9 FH:25,9 SZH:59,4 CK:1,8 SO:5,8	EN:918 ZS:49,3 TZS:9,0 FH:26,0 SZH:86,6 CK:9,3 SO:3,7	EN:574 ZS:22,8 TZS:4,3 FH:23,8 SZH:66,3 CK:2,9 SO:4,3
Sajtkrém tökmagos (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika	Párizsi krém (7;10) Magvas zsemle (1)	Túrókrém pritaminpaprikás (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Kockasajt, light (7) Korpás kifli (1;7)	Abaúj barackos joghurt 100g (7) Tejes kifli (1;6;7)
EN:353 ZS:17,5 TZS:7,6 FH:8,8 SZH:38,4 CK:0,6 SO:1,4	EN:276 ZS:13,0 TZS:5,4 FH:6,5 SZH:29,1 CK:0,6 SO:1,1	EN:298 ZS:12,7 TZS:5,1 FH:6,3 SZH:38,0 CK:0,8 SO:1,2	EN:169 ZS:2,7 TZS:0,9 FH:7,1 SZH:28,2 CK:1,9 SO:0,2	EN:205 ZS:2,9 TZS:1,0 FH:7,9 SZH:35,8 CK:9,8 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 - Szezám-mag; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Sertéspárizsi (6) Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Briós (1;3;6;7)	Főtt rudacska Mustár (10) Búzakorpás diákrúd (1;7)	Körözött tehéntúróból (7) Burgonyás kenyér (1;6;12)	Toust szelet Ráma csészés (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Lilahagyma
EN:288 ZS:14,5 TZS:4,3 FH:7,5 SZH:37,7 CK:0,7 SO:1,8	EN:164 ZS:4,3 TZS:1,5 FH:4,4 SZH:28,4 CK:4,7 SO:0,3	EN:326 ZS:17,3 TZS:4,7 FH:13,2 SZH:28,2 CK:1,7 SO:2,2	EN:269 ZS:9,2 TZS:4,3 FH:10,3 SZH:34,4 CK:1,6 SO:1,2	EN:307 ZS:11,2 TZS:3,0 FH:6,6 SZH:42,3 CK:0,7 SO:1,8
Karfiollevés (1) Bolognai spagetti (1;12) Sajtszórat (7)	Daragaluskaleves (1;3;9;12) Paradicsomos káposzta (1) Vagdalt pogácsa (1;3;6;8;11;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma	Gyümölcsleves (1;7) Bácskai rizseshús (12) Uborkasaláta	Árpagyöngyleves (1;8;9;12) Paprikásburgonya kolbásszal (1;6;12) Cékla saláta (10) *	Gulyásleves (9;12) Tejbedara (1;7) Kakaósórat Alma
EN:673 ZS:31,1 TZS:9,8 FH:28,0 SZH:69,1 CK:4,2 SO:2,8	EN:826 ZS:46,2 TZS:7,6 FH:21,9 SZH:77,8 CK:16,1 SO:4,7	EN:642 ZS:16,5 TZS:4,0 FH:24,2 SZH:96,9 CK:30,2 SO:3,3	EN:601 ZS:32,4 TZS:8,9 FH:19,6 SZH:54,8 CK:0,1 SO:4,2	EN:656 ZS:24,1 TZS:9,2 FH:21,1 SZH:82,4 CK:38,1 SO:2,2
Tökmagos vajkrém (7) Vizes zsemle (1) Tv paprika	Margarin (7) Olasz felvágott Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Teljes kiőrlésű kenyér (1) Margarin (7) Zöldhagyma	Aro sertéslöncs (1;6;7;10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom Liga margarin	Abaúj natúr joghurt 100g (7) Tejes kifli (1;6;7)
EN:271 ZS:11,8 TZS:6,8 FH:6,3 SZH:34,0 CK:1,6 SO:0,3	EN:336 ZS:16,1 TZS:4,9 FH:7,7 SZH:37,7 CK:0,8 SO:1,8	EN:266 ZS:9,9 TZS:2,4 FH:4,3 SZH:37,2 CK:0,6 SO:1,2	EN:316 ZS:13,5 TZS:3,9 FH:7,9 SZH:38,5 CK:0,6 SO:2,1	EN:199 ZS:4,4 TZS:1,9 FH:7,8 SZH:31,2 CK:5,4 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.