

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:302 ZS:12,8 TZS:5,5 FH:8,8 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:285 ZS:10,2 TZS:3,5 FH:11,1 SZH:30,3 CK:2,8 SO:0,8
Tejfőlös zöldbaleves (1;7;12) Sajtszórat (7) Húsos-halas ragu (1;4) Durumtészta (1) Alma	Zelleres burgonyaleves (1;9;12) Székelykáposzta (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - félada (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 - félada (1)	Kolbászos baleves (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér - félada (1) Sajtos-tejfőlös spagetti (1;7) Alma
EN:756 ZS:34,2 TZS:9,9 FH:30,6 SZH:80,8 CK:6,1 SO:4,4	EN:607 ZS:27,4 TZS:7,6 FH:26,3 SZH:58,6 CK:1,0 SO:5,5	EN:1029 ZS:49,4 TZS:9,9 FH:32,4 SZH:111,7 CK:11,4 SO:4,9	EN:656 ZS:23,3 TZS:5,2 FH:27,1 SZH:77,4 CK:2,0 SO:3,6	EN:909 ZS:35,3 TZS:11,8 FH:27,2 SZH:116,4 CK:4,8 SO:4,1
Liga margarin Tv paprika Korpás szemle (1)	Szendvicssonka (7) Delma joghurtos margarin (7) Vizes szemle (1)	Kockasajt, sonkás (7) Teljeskiőrlésű kifli (1;6)	Mazsolás túrókrém (7) Fehér kenyér (1;6)	Epres joghurt (7) Korpás kifli (1;7)
EN:191 ZS:3,9 TZS:0,9 FH:5,7 SZH:31,0 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:275 ZS:4,9 TZS:2,5 FH:12,2 SZH:42,9 CK:6,9 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:269 ZS:6,1 TZS:3,1 FH:11,4 SZH:40,1 CK:0,9 SO:1,9	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 Alma	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:844 ZS:31,4 TZS:8,1 FH:31,3 SZH:107,7 CK:0,8 SO:4,0	EN:791 ZS:29,0 TZS:6,4 FH:27,9 SZH:98,0 CK:18,2 SO:5,3	EN:680 ZS:28,4 TZS:10,5 FH:33,0 SZH:71,3 CK:3,3 SO:2,4	EN:693 ZS:38,0 TZS:10,1 FH:24,9 SZH:62,4 CK:5,4 SO:3,4	EN:870 ZS:33,7 TZS:7,6 FH:21,3 SZH:114,1 CK:31,2 SO:6,5
Teljes kiőrlésű kenyér (1) Natúr húskenyér Delma joghurtos margarin (7)	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:250 ZS:8,4 TZS:2,5 FH:8,4 SZH:30,6 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, szulfidok; 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	Bécsi felvágott Delma light margarin 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:272 ZS:11,9 TZS:4,3 FH:9,9 SZH:32,4 CK:0,8 SO:1,4	EN:275 ZS:8,4 TZS:1,9 FH:9,0 SZH:38,0 CK:0,6 SO:1,4
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:665 ZS:35,6 TZS:11,6 FH:26,4 SZH:56,9 CK:3,1 SO:4,4	EN:766 ZS:24,2 TZS:3,7 FH:27,8 SZH:107,6 CK:20,9 SO:3,1	EN:692 ZS:20,1 TZS:6,2 FH:32,9 SZH:87,8 CK:26,1 SO:3,2	EN:776 ZS:21,7 TZS:5,3 FH:28,3 SZH:113,9 CK:21,3 SO:5,5
Májusi csemege (6) Búzakorpás diákrúd (1;7) Delma light 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:238 ZS:9,4 TZS:3,4 FH:7,8 SZH:28,8 CK:1,2 SO:1,3	EN:261 ZS:3,9 TZS:2,0 FH:11,7 SZH:42,8 CK:1,7 SO:2,2	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:305 ZS:13,0 TZS:7,2 FH:7,8 SZH:32,0 CK:3,4 SO:0,6	EN:270 ZS:8,5 TZS:3,5 FH:7,7 SZH:38,7 CK:1,1 SO:2,0
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:666 ZS:20,6 TZS:2,7 FH:23,9 SZH:95,4 CK:7,8 SO:3,1	EN:873 ZS:30,3 TZS:8,6 FH:31,0 SZH:106,9 CK:3,5 SO:5,1	EN:649 ZS:31,0 TZS:9,9 FH:25,9 SZH:59,4 CK:1,8 SO:6,0	EN:1021 ZS:55,9 TZS:10,2 FH:29,1 SZH:93,6 CK:10,5 SO:4,1	EN:628 ZS:24,9 TZS:4,5 FH:25,1 SZH:73,3 CK:3,2 SO:4,7
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:356 ZS:17,5 TZS:7,6 FH:8,9 SZH:38,9 CK:0,6 SO:1,4	EN:292 ZS:14,7 TZS:6,2 FH:6,7 SZH:29,2 CK:0,6 SO:1,1	EN:313 ZS:14,2 TZS:5,8 FH:6,6 SZH:38,1 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) Margarin (7) 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:301 ZS:15,8 TZS:4,9 FH:7,4 SZH:37,6 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:310 ZS:10,5 TZS:4,8 FH:11,9 SZH:40,1 CK:1,9 SO:1,4	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) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Tejbedara (1;7) Kakaósórat Alma
EN:687 ZS:32,0 TZS:9,9 FH:28,4 SZH:70,2 CK:4,3 SO:2,9	EN:913 ZS:52,4 TZS:8,6 FH:24,3 SZH:83,1 CK:18,3 SO:5,1	EN:705 ZS:18,5 TZS:4,3 FH:27,2 SZH:104,9 CK:30,2 SO:3,6	EN:683 ZS:37,0 TZS:10,1 FH:22,2 SZH:61,6 CK:0,2 SO:4,7	EN:785 ZS:26,4 TZS:9,4 FH:23,7 SZH:105,5 CK:38,4 SO:3,1
Tökmagos vajkrém (7) Vizes zsemle (1) Tv paprika	Teljes kiőrlésű kenyér (1) Olasz felvágott Margarin (7)	Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldhagyma Margarin (7)	Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom Aro sertéslöncs (1;6;7;10) Liga margarin	Abaúj natúr joghurt 100g (7) Tejes kifli (1;6;7)
EN:274 ZS:11,8 TZS:6,8 FH:6,4 SZH:34,5 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 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.