

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Gyümölcsös tea Kárpáti szalámi Finomino Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:255 ZS:10,6 TZS:3,1 FH:6,0 SZH:32,7 CK:6,5 SO:1,4	Karamellás tej (7) Zalafelvágott krém (7) Fehér kenyér (1;6) Paradicsom EN:333 ZS:11,1 TZS:5,1 FH:9,3 SZH:46,3 CK:20,1 SO:1,1	Mézes tea Mixxel szórt pogácsa (1;3;6;7) EN:238 ZS:14,8 TZS:3,0 FH:6,0 SZH:28,2 CK:6,2 SO:0,6	Tej 1,5% (7) Vajkrém, natúr (7) Császárszemle (1;6) Kígyóuborka EN:275 ZS:10,2 TZS:5,6 FH:8,3 SZH:35,6 CK:5,6 SO:0,9	Gyümölcsös tea Kenőmájas (6) Rozsos kenyér (1;5;8;11) Zöldhagyma EN:228 ZS:7,4 TZS:2,6 FH:7,9 SZH:27,7 CK:8,0 SO:0,6
Tejfőlős zöldbableves (1;7;12) Húsos-halás ragu (1;4) Durumtészta (1) Sajtszórat (7) Alma EN:569 ZS:25,7 TZS:7,4 FH:23,0 SZH:61,1 CK:4,6 SO:3,2	Zelleres burgonyaleves (1;9;12) Bugaci rakottkáposzta (1;6;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) EN:752 ZS:42,9 TZS:13,4 FH:20,4 SZH:65,3 CK:2,8 SO:7,3	Brokkoli krémleves (1;7;12) Levesgyöngy (1;3;7) Magyaros csirkemáj (1) Petrezselymes rizs Vegyeskompót EN:560 ZS:23,8 TZS:6,4 FH:20,1 SZH:65,4 CK:8,3 SO:3,2	Csontleves (1;9;12) Burgonyafőzelék (1;7;12) Csirkepörkölt (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) EN:482 ZS:17,5 TZS:3,9 FH:20,1 SZH:56,0 CK:1,5 SO:2,7	Kolbászos bableves (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Sajtos-tejfőlős spagetti (1;7) Alma EN:689 ZS:27,0 TZS:9,2 FH:20,5 SZH:87,9 CK:3,7 SO:3,1
Liga margarin Tv paprika Korpás zsemle (1) EN:179 ZS:2,9 TZS:0,6 FH:5,5 SZH:30,5 CK:1,1 SO:0,7	Vizes zsemle (1) Delma joghurtos margarin (7) Szendvicssonka (7) EN:211 ZS:5,6 TZS:1,0 FH:7,8 SZH:31,6 CK:0,9 SO:0,4	Teljeskiőrlésű kifli (1;6) Kockasajt, sonkás (7) EN:160 ZS:3,5 TZS:1,8 FH:6,6 SZH:26,4 CK:1,3 SO:0,8	Fehér kenyér (1;6) Mazsolás túrókrém (7) EN:188 ZS:3,1 TZS:1,6 FH:8,7 SZH:29,6 CK:4,1 SO:0,9	Epres joghurt (7) Korpás kifli (1;7) 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
Tejeskávé (1;7) Vajkrém, magyaros (7) Rozsos zsemle (1) Rágórépa	Citromos tea Zala felvágott Liga margarin Zöldhagyma Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Tej 1,5% (7) Szezámagos sajtkrém (7;11) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Mézes tea Túrókrém zöldhagymás (7) Burgonyás kenyér (1;6;12)	Gyümölcsös tea Csirkemell sonka Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Lilahagyma
EN:357 ZS:9,1 TZS:5,8 FH:8,5 SZH:64,2 CK:30,8 SO:1,0	EN:231 ZS:7,5 TZS:2,2 FH:5,7 SZH:33,2 CK:6,5 SO:1,3	EN:232 ZS:6,9 TZS:2,9 FH:7,1 SZH:32,4 CK:6,1 SO:1,2	EN:216 ZS:4,5 TZS:2,3 FH:8,4 SZH:34,3 CK:6,2 SO:1,3	EN:246 ZS:6,7 TZS:1,2 FH:6,7 SZH:38,0 CK:6,4 SO:1,3
Zöldborsóleves (1;12) Vajasgaluska (1;3;7) Bakonyi ragu csirkehúsból (1;7) Párolt rizs Alma	Libacsontleves csigatésztával (1;3;9;12) Chillibab (1;6;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1)	Csurgatott tojásleves (1;3) Mexikói csirkemellragu (1;12) Bulgur (1;7)	Hamis gulyásleves (1;9;12) Rakott zöldbab (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma	Kelkáposztaleves rudacskával (1;7;12) Töltött gombóc (1) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1)
EN:660 ZS:23,2 TZS:5,9 FH:24,5 SZH:87,2 CK:0,6 SO:3,0	EN:503 ZS:26,4 TZS:5,4 FH:19,7 SZH:42,8 CK:2,9 SO:3,4	EN:509 ZS:22,3 TZS:4,2 FH:22,2 SZH:53,9 CK:6,0 SO:3,1	EN:641 ZS:36,1 TZS:9,9 FH:18,9 SZH:61,7 CK:4,1 SO:3,3	EN:672 ZS:25,4 TZS:5,7 FH:16,7 SZH:89,2 CK:23,7 SO:5,0
Teljes kiőrlésű kenyér (1) Delma joghurtos margarin (7) Natúr húskenyér	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:236 ZS:11,3 TZS:3,4 FH:4,8 SZH:27,6 CK:0,4 SO:1,3	EN:205 ZS:8,5 TZS:4,0 FH:5,8 SZH:30,6 CK:0,7 SO:0,9	EN:228 ZS:6,5 TZS:1,9 FH:7,7 SZH:30,0 CK:0,7 SO:1,2	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, szulfitok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Citromos tea Abaúj natúr sajtkrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:197 ZS:3,5 TZS:1,2 FH:5,0 SZH:34,8 CK:8,3 SO:1,1	Tejeskávé (1;7) Margarinos pogácsa (1;6;7) EN:376 ZS:14,6 TZS:2,2 FH:7,7 SZH:58,8 CK:32,9 SO:0,6	Mézes tea Szezámagos vajkrém (7;11) Teljes kiőrlésű zsemle (1;6) Jégcsapretek EN:255 ZS:8,5 TZS:4,4 FH:7,0 SZH:38,5 CK:6,6 SO:1,0	Tej 1,5% (7) Bécsi felvágott Delma light margarin Teljes kiőrlésű zsemle (1;6) Jégsaláta EN:282 ZS:9,8 TZS:3,9 FH:11,4 SZH:36,6 CK:5,3 SO:1,2	Gyümölcsös tea Csirkemáj pástétom (7;10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldhagyma EN:225 ZS:6,2 TZS:1,4 FH:6,6 SZH:33,3 CK:6,5 SO:1,0
Tökmagos Sütőtökkrémleves (1;7) Mustáros csirkecomb csíkok (10) Zöldséges kuszkus (1;7) EN:425 ZS:14,2 TZS:4,5 FH:21,8 SZH:50,8 CK:12,1 SO:2,3	Zöldségleves (9;12) Vajasgaluska tk lisztből (1;3;7) Fahéjas szilvamártás (1;7) Főtt sertéshús Főtt burgonya (12) EN:527 ZS:14,4 TZS:5,8 FH:27,0 SZH:66,7 CK:20,8 SO:3,3	Bazsalikomos paradicsomleves (1) Rántott csirkemell (1;3;7) Párolt rizs Uborkasaláta EN:842 ZS:32,1 TZS:4,0 FH:25,3 SZH:111,2 CK:21,4 SO:2,4	Reszelttészta leves (1;9;12) Székelykáposzta (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) EN:407 ZS:20,3 TZS:4,6 FH:18,5 SZH:35,2 CK:1,1 SO:3,8	Fehérbaleves f.hússal (1;9;12) Darásmetélt (1) Barack lekvár Alma EN:577 ZS:16,5 TZS:4,0 FH:21,0 SZH:84,1 CK:13,4 SO:4,1
Májusi csemege (6) Liga margarin Búzakorpás diákrúd (1;7) Tv paprika EN:214 ZS:7,4 TZS:2,6 FH:7,1 SZH:28,2 CK:1,2 SO:1,1	Tejfölös túró (7) Fehér kenyér (1;6) Lilahagyma EN:194 ZS:3,0 TZS:1,5 FH:8,8 SZH:31,5 CK:1,2 SO:1,6	Dejós búrki (1;6;8) EN:237 ZS:10,8 TZS:4,2 FH:3,8 SZH:24,4 CK:10,7 SO:0,2	Lapka sajt (7) Liga margarin Magvas zsemle (1) EN:227 ZS:5,9 TZS:2,5 FH:8,7 SZH:30,3 CK:2,0 SO:1,2	Abaúj kefir (7) Tejes kifli (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 - Rákkeltő; 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
Mézes tea Aro fokhagymás szelet Vizes zsemle (1) Liga margarin EN:239 ZS:6,7 TZS:2,2 FH:7,0 SZH:36,8 CK:6,4 SO:0,5	Tej 1,5% (7) Alma - áfonya lekvár Fehér kenyér (1;6) EN:219 ZS:2,0 TZS:1,0 FH:7,8 SZH:39,3 CK:12,8 SO:0,9	Citromos tea Ízes sonka Delma multivitaminos margarin Szezám-magos zsemle (1;11) EN:286 ZS:5,7 TZS:1,4 FH:7,8 SZH:34,2 CK:7,1 SO:1,1	Gyümölcsös tea Zöldfűszeres vajkrém (7) Rozsos kenyér (1;5;8;11) Zöldhagyma EN:236 ZS:8,7 TZS:4,8 FH:5,4 SZH:28,8 CK:8,5 SO:0,4	Kakaó (7) Füstölt-tarjás szendvicskrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka EN:286 ZS:8,6 TZS:4,2 FH:9,6 SZH:38,8 CK:11,5 SO:1,6
Köménymagos rántottleves (1) Pirított zsemlekocka (1) Édes-savanyú csirkemell (1;6;10) Párolt rizs EN:532 ZS:15,5 TZS:2,0 FH:18,9 SZH:78,7 CK:5,9 SO:2,4	Olasz zöldségleves (1;9;12) Babfőzelék (1;7;12) Natúr baromfi vagdalt (1;3;6) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Alma EN:787 ZS:31,8 TZS:5,5 FH:23,6 SZH:92,2 CK:2,6 SO:3,4	Karfiol krémleves (1;7;12) Levesgyöngy (1;3;7) Lasagne (1;7) EN:557 ZS:22,6 TZS:10,9 FH:25,9 SZH:58,7 CK:3,7 SO:2,1	Magyaros burgonyaleves tarhonyával (1;12) Finomfőzelék (1;7) Sült rudacska Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:574 ZS:24,5 TZS:6,6 FH:18,7 SZH:66,0 CK:7,9 SO:3,3	Legényfogó leves (1;7;9;12) Káposztás kocka (1) Alma EN:479 ZS:18,9 TZS:3,5 FH:19,7 SZH:55,6 CK:2,4 SO:3,6
Sajtkrém tökmagos (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika EN:259 ZS:13,0 TZS:5,7 FH:6,5 SZH:27,7 CK:0,4 SO:1,0	Párizsi krém (7;10) Magvas zsemle (1) EN:260 ZS:11,3 TZS:4,7 FH:6,3 SZH:29,1 CK:0,6 SO:1,0	Túrókrém pritaminpaprikás (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:228 ZS:10,6 TZS:4,3 FH:4,8 SZH:27,3 CK:0,6 SO:0,9	Kockasajt, light (7) Tejes kifli (1;6;7) EN:168 ZS:2,6 TZS:0,9 FH:6,9 SZH:28,3 CK:2,3 SO:0,5	Abaúj barackos joghurt 100g (7) Tejes kifli (1;6;7) 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
Mézes tea Sertéspárizsi (6) Margarin (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Tej 1,5% (7) Mákos búrkifli (1;6)	Citromos tea Főtt rudacska Mustár (10) Búzakorpás diákrúd (1;7)	Limonádé Körözött tehéntúróból (7) Burgonyás kenyér (1;6;12)	Toust szelet Ráma csészés (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Lilahagyma Gyümölcsös tea
EN:250 ZS:12,9 TZS:5,0 FH:5,1 SZH:32,5 CK:6,0 SO:1,2	EN:282 ZS:11,6 TZS:5,3 FH:6,9 SZH:28,7 CK:15,9 SO:0,2	EN:343 ZS:16,9 TZS:4,7 FH:12,8 SZH:33,7 CK:7,5 SO:2,0	EN:271 ZS:7,9 TZS:3,6 FH:8,8 SZH:39,1 CK:11,5 SO:1,0	EN:245 ZS:7,8 TZS:2,1 FH:4,9 SZH:36,6 CK:6,6 SO:1,3
Karfiollevés (1) Bolognai spagetti (1;12) Sajtszórat (7)	Daragaluskaleves (1;3;9;12) Paradicsomos káposzta (1) Vajas csirkemell csíkok (7) 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 Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1)
EN:489 ZS:22,9 TZS:7,2 FH:19,7 SZH:50,2 CK:3,1 SO:2,4	EN:432 ZS:11,2 TZS:2,4 FH:20,4 SZH:60,0 CK:13,8 SO:3,7	EN:528 ZS:13,8 TZS:3,2 FH:20,5 SZH:78,7 CK:22,7 SO:2,7	EN:511 ZS:27,7 TZS:7,6 FH:16,6 SZH:45,9 CK:0,1 SO:3,5	EN:610 ZS:21,3 TZS:7,5 FH:19,1 SZH:79,6 CK:28,8 SO:2,3
Tökmagos vajkrém (7) Vizes zsemle (1) Tv paprika	Teljes kiőrlésű kenyér (1) Margarin (7) Olasz felvágott	Ráma csészés (7) Zöldhagyma Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Aro sertéslöncs (1;6;7;10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom Liga margarin	Abaúj natúr joghurt 100g (7) Tejes kifli (1;6;7)
EN:243 ZS:9,0 TZS:5,1 FH:6,0 SZH:33,5 CK:1,5 SO:0,2	EN:233 ZS:10,9 TZS:3,3 FH:5,3 SZH:26,9 CK:0,6 SO:1,3	EN:187 ZS:6,7 TZS:1,6 FH:3,1 SZH:26,6 CK:0,4 SO:0,9	EN:221 ZS:9,1 TZS:2,6 FH:5,5 SZH:27,7 CK:0,5 SO:1,4	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, szulfitek; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.