

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Szezámagos vajkrém (7;11) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek	Csirkemell sonka Delma joghurtos margarin (7) Vizes zsemle (1)	Tejfölös túró (7) Korpás kenyér (1;6)	Búzakorpás diákrúd (1;7) Liga margarin Paradicsom	Sertésmáj (6;7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Lilahagyma
EN:313 ZS:13,9 TZS:6,8 FH:5,6 SZH:39,6 CK:1,2 SO:1,4	EN:238 ZS:7,9 TZS:1,5 FH:9,3 SZH:31,8 CK:0,9 SO:0,7	EN:235 ZS:4,0 TZS:2,0 FH:11,2 SZH:35,5 CK:1,8 SO:2,2	EN:176 ZS:4,4 TZS:0,9 FH:4,8 SZH:27,7 CK:1,1 SO:0,7	EN:279 ZS:8,7 TZS:0,2 FH:7,1 SZH:41,1 CK:0,6 SO:1,7
Zöldséges gombaleves (1;12) Mustáros csirkecomb csíkok (10) Hagymás burgonya (12)	Hamis gulyásleves (1;9;12) Tökfőzelék-kapros-cukkínis (1;7) Vagdalt pogácsa (1;3;6;8;11;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma	Paradicsomleves (1;9;12) Majorannás csirkemáj (1) Párolt rizs Sárgarépás káposztasaláta	Kacsacsontleves (1;9;12) Sertéspörkölt (1;12) Lencsefőzelék (1;7;10;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma	Fehérbaleves f.hússal (1;9;12) Túrós csusza (1;7)
EN:507 ZS:13,3 TZS:2,2 FH:27,1 SZH:62,0 CK:0,6 SO:4,8	EN:901 ZS:56,9 TZS:10,5 FH:22,9 SZH:70,0 CK:9,0 SO:3,5	EN:861 ZS:27,3 TZS:4,9 FH:35,3 SZH:116,7 CK:24,2 SO:3,0	EN:1023 ZS:43,1 TZS:7,9 FH:48,7 SZH:97,5 CK:7,5 SO:4,5	EN:862 ZS:39,2 TZS:14,9 FH:38,7 SZH:85,1 CK:7,8 SO:3,7
Kockasajt, natúr (7) kifli tejes (1;7)	Alma - áfonya lekvár Fehér kenyér (1;6)	Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika	Aro fokhagymás szelet Magvas zsemle (1) Delma multivitaminos margarin	Sertéspárizsi (6) Korpás zsemle (1) Liga margarin
EN:148 ZS:3,3 TZS:2,0 FH:4,6 SZH:24,4 CK:1,9 SO:0,5	EN:260 ZS:0,7 TZS:0,0 FH:6,9 SZH:53,9 CK:16,2 SO:1,2	EN:232 ZS:5,7 TZS:1,1 FH:4,5 SZH:38,5 CK:0,6 SO:1,3	EN:273 ZS:12,0 TZS:3,7 FH:8,0 SZH:29,1 CK:0,5 SO:1,3	EN:221 ZS:9,9 TZS:3,4 FH:8,5 SZH:30,1 CK:1,2 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 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Csemege turista szalámi Teljes kiőrlésű kenyér (1) Liga margarin	Vaniliás krémtúró (7) Burgonyás kenyér (1;6;12)	Tökmagos vajkrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom	Zöldhagymás tojáskrém (3;7;10) Búzakorpás diákrúd (1;7)	Sajtos tavaszi rúd (6;7) Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek
EN:327 ZS:14,9 TZS:4,7 FH:8,9 SZH:37,1 CK:0,6 SO:2,0	EN:253 ZS:3,2 TZS:1,2 FH:8,8 SZH:45,8 CK:7,4 SO:1,2	EN:312 ZS:13,7 TZS:6,9 FH:5,5 SZH:40,0 CK:1,2 SO:1,4	EN:245 ZS:10,9 TZS:3,6 FH:7,6 SZH:27,1 CK:1,2 SO:0,9	EN:271 ZS:8,7 TZS:2,1 FH:7,7 SZH:38,4 CK:0,8 SO:1,7
Brokkoli krémleves (1;7;12) Tejszínes ananászos csirkemell (1;7) Párolt rizs Szilva	Alföldi burgonyaleves (1;12) Finomfőzelék (1;7) Ízes pulykatokány (12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma	Paradicsomleves (1;9;12) Rántott csirkemell (1;3;7) Petrezselymes burgonya (7;12) Uborkasaláta	Csontleves (1;9;12) Pulykahúsos zöldségrakottas (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1)	Gulyásleves (9;12) Tejbedara (1;7) Kakaósórat Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1)
EN:733 ZS:22,7 TZS:8,6 FH:28,5 SZH:101,9 CK:8,7 SO:3,2	EN:667 ZS:22,5 TZS:4,6 FH:30,3 SZH:80,3 CK:13,2 SO:4,2	EN:959 ZS:40,1 TZS:5,8 FH:30,2 SZH:111,7 CK:25,8 SO:5,0	EN:576 ZS:14,6 TZS:4,2 FH:26,3 SZH:82,5 CK:5,5 SO:3,7	EN:796 ZS:26,4 TZS:9,6 FH:24,0 SZH:107,0 CK:44,7 SO:3,1
Lapka sajt (7) Magvas zsemle (1) Liga margarin	Liga margarin Vizes zsemle (1) Tv paprika	Olasz felvágott Szezám-magos zsemle (1;11) Delma multivitaminos margarin	Sárgarépas sajtkrém (7) Vizes zsemle (1)	Abaúj barackos joghurt 100g (7) Korpás kifli (1;7)
EN:236 ZS:6,9 TZS:2,8 FH:8,7 SZH:30,3 CK:2,0 SO:1,3	EN:189 ZS:3,7 TZS:0,9 FH:5,2 SZH:32,4 CK:0,9 SO:0,1	EN:268 ZS:13,2 TZS:4,2 FH:8,0 SZH:28,6 CK:1,1 SO:1,2	EN:221 ZS:6,9 TZS:3,1 FH:5,9 SZH:32,7 CK:2,3 SO:0,4	EN:206 ZS:3,0 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-mag; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Vajkrém, magyaros (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Kakaós csiga (1;6)	Sertésmájás (6;7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka	Aro sertéslőncs (1;6;7;10) Magvas zsemle (1) Fejessaláta	Soproni felvágott Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)
EN:300 ZS:13,1 TZS:7,0 FH:4,8 SZH:38,9 CK:1,2 SO:1,5	EN:224 ZS:8,6 TZS:4,0 FH:3,8 SZH:31,5 CK:11,5 SO:0,2	EN:267 ZS:8,7 TZS:0,2 FH:6,9 SZH:38,3 CK:0,6 SO:1,7	EN:255 ZS:9,0 TZS:2,9 FH:9,1 SZH:29,9 CK:0,6 SO:1,5	EN:318 ZS:14,2 TZS:4,1 FH:7,8 SZH:38,2 CK:1,0 SO:1,9
Lebbencsleves (1;9;12) Zöldbabfőzelék (1;7;12) Pulykapörkölt (12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Alma	Csirkeraguleves (1;9;12) Sajtos-tejfölös spagetti (1;7)	Fokhagymakrémléves (1;7;12) Levesgyöngy (1;3;7) Sült csirkecomb ketchupos Zöldséges bulgur (1)	Csontleves (1;9;12) Burgonya félada (12) Fahéjas almamártás (1;7) Főtt sertéshús	Olasz zöldségleves (1;9;12) Párolt rizs Miskolci sertésapró (1) Mongol saláta diab (10) *
EN:693 ZS:22,3 TZS:5,8 FH:28,9 SZH:89,3 CK:3,3 SO:4,6	EN:552 ZS:25,4 TZS:8,2 FH:19,6 SZH:59,2 CK:3,6 SO:2,6	EN:732 ZS:24,0 TZS:6,0 FH:32,5 SZH:93,4 CK:16,1 SO:6,9	EN:567 ZS:12,8 TZS:5,5 FH:31,2 SZH:74,9 CK:22,3 SO:2,3	EN:709 ZS:25,5 TZS:4,4 FH:27,8 SZH:89,8 CK:0,6 SO:3,3
Liga margarin Korpás zsemle (1) Tv paprika	Abaúj natúr sajtkrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Lilahagyma	Túrókrém kapos (7) Korpás zsemle (1)	Kolbászkrem (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Abaúj natúr joghurt 100g (7) Tejes kifli (1;7)
EN:188 ZS:3,9 TZS:0,9 FH:5,5 SZH:30,5 CK:1,1 SO:0,7	EN:271 ZS:5,1 TZS:1,7 FH:8,1 SZH:46,2 CK:3,3 SO:1,6	EN:214 ZS:4,2 TZS:2,1 FH:10,4 SZH:31,0 CK:2,4 SO:1,3	EN:399 ZS:23,1 TZS:9,3 FH:9,2 SZH:37,1 CK:0,6 SO:1,6	EN:171 ZS:3,9 TZS:2,4 FH:6,8 SZH:26,8 CK:4,9 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, szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Lapka sajt (7) Delma joghurtos margarin (7) Vizes zsemle (1) Póréhagyma	Fahéjas kifli (1;3;7)	Delma multivitaminos margarin Zöldséges szelet Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika	Sertéspárizsi (6) Ráma csészés (7) Rozsos kenyér (1;5;8;11) Kígyóborka	Főtt tojáskarika (3) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom Liga margarin
EN:267 ZS:9,5 TZS:3,4 FH:9,2 SZH:35,5 CK:2,4 SO:0,5	EN:268 ZS:5,9 TZS:0,1 FH:7,7 SZH:47,5 CK:9,3 SO:0,8	EN:311 ZS:13,0 TZS:3,5 FH:7,1 SZH:39,3 CK:0,7 SO:2,0	EN:290 ZS:15,5 TZS:5,1 FH:9,6 SZH:30,8 CK:2,9 SO:0,9	EN:268 ZS:8,6 TZS:1,9 FH:7,8 SZH:37,9 CK:0,6 SO:1,3
Zöldborsóleves (1;12) Tejszínes gombás csirkecomb (1;7;12) Párolt rizs Szilva	Reszelttészta leves (1;9;12) Sertéspörkölt (1;12) Zabpelyhes paradicsomos káposzta (1) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1)	Vegyes gyümölcsleves (1;7) Rántott halfilé (1;3;4) Petrezselymes burgonya (7;12) Csemegeuborka diab (10) *	Hamis gulyásleves (1;9;12) Vajas csirkemell csíkok (7) Karfiolfőzelék (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1)	Fejtettbaleves (1;7;9;12) Paprikásburgonya kolbásszal (1;6;12) Alma Fehér kenyér (1;6)
EN:770 ZS:24,9 TZS:5,0 FH:29,1 SZH:105,2 CK:4,7 SO:2,4	EN:646 ZS:26,8 TZS:3,7 FH:24,5 SZH:73,2 CK:18,9 SO:4,7	EN:850 ZS:37,0 TZS:6,7 FH:25,4 SZH:96,8 CK:21,3 SO:5,3	EN:564 ZS:23,2 TZS:5,7 FH:28,2 SZH:55,1 CK:1,0 SO:4,6	EN:716 ZS:32,7 TZS:9,7 FH:25,2 SZH:72,1 CK:4,5 SO:5,7
Szendvicssonka (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) Liga margarin	Füstölt sajtkrém (7) Magvas zsemle (1) Jégcsapretek	Túrókrém ananász (7) Fehér kenyér (1;6)	Vajkrém répás (7) Vizes zsemle (1)	Abaúj kefir (7) Korpás kifli (1;7)
EN:173 ZS:6,0 TZS:1,0 FH:6,8 SZH:21,8 CK:0,3 SO:1,4	EN:303 ZS:14,3 TZS:7,2 FH:10,1 SZH:29,4 CK:0,5 SO:1,0	EN:250 ZS:3,9 TZS:2,0 FH:10,8 SZH:41,1 CK:5,6 SO:1,2	EN:252 ZS:10,5 TZS:6,4 FH:5,5 SZH:33,0 CK:1,6 SO:0,3	EN:199 ZS:4,5 TZS:1,8 FH:7,7 SZH:31,2 CK:1,2 SO:0,0

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
Toust szelet Delma joghurtos margarin (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:278 ZS:9,8 TZS:2,3 FH:6,2 SZH:39,2 CK:0,7 SO:1,8	Dejós búrkifli (1;6;8) EN:237 ZS:10,8 TZS:4,2 FH:3,8 SZH:24,4 CK:10,7 SO:0,2	Pulyka pizzasonka (6) Delma joghurtos margarin (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:278 ZS:10,0 TZS:2,2 FH:7,9 SZH:37,6 CK:0,7 SO:1,9	Trappista sajt (7) Delma light margarin zsemle vizes (1) EN:307 ZS:12,9 TZS:7,1 FH:15,2 SZH:31,0 CK:0,9 SO:0,8	Füstölt-tarjás szendvicskrém (7) Korpás zsemle (1) EN:225 ZS:6,7 TZS:3,4 FH:8,6 SZH:30,7 CK:1,6 SO:1,5
Tarhonyaleves burgonyával (1;9;12) Édes-savanyú csirkemell (1;6;10) Petrezselymes rizs EN:725 ZS:21,2 TZS:3,9 FH:25,4 SZH:105,8 CK:8,0 SO:4,6	Zöldségleves (9;12) Rakott kelkáposzta (7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Körte EN:540 ZS:19,4 TZS:5,8 FH:28,2 SZH:59,7 CK:4,2 SO:3,8	Tejfölös gombaleves (1;7) Fokhagymás aprópecsenye (12) Petrezselymes burgonya (7;12) Káposzta saláta diab (10) * EN:540 ZS:21,3 TZS:6,0 FH:25,9 SZH:54,4 CK:0,8 SO:4,7	Libacsontleves csigatésztával (1;3;9;12) Zöldborsófőzelék (1;7) Sült rudacska Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) EN:737 ZS:36,7 TZS:8,3 FH:29,8 SZH:67,8 CK:8,4 SO:4,1	Palócleves pulykahúsból (1;7;10;12) Mákosztésza (1) Alma Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) EN:759 ZS:22,0 TZS:4,9 FH:28,3 SZH:109,4 CK:8,1 SO:6,7
Liga margarin Burgonyás kenyér (1;6;12) Paradicsom EN:231 ZS:4,7 TZS:1,0 FH:6,4 SZH:39,4 CK:0,5 SO:1,3	Körözött tehéntúróból (7) Magvas zsemle (1) EN:273 ZS:10,0 TZS:4,7 FH:10,9 SZH:30,3 CK:1,9 SO:0,9	Szezámagos sajtkrém (7;11) Fehér kenyér (1;6) EN:239 ZS:5,4 TZS:2,4 FH:8,6 SZH:37,6 CK:2,1 SO:1,6	Olasz felvágott Margarin Fehér kenyér (1;6) Tv paprika EN:325 ZS:13,5 TZS:3,8 FH:10,9 SZH:38,0 CK:0,6 SO:1,9	Abaúj barackos joghurt 100g (7) kifli tejes (1;7) EN:177 ZS:2,4 TZS:1,4 FH:6,9 SZH:31,4 CK:9,3 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 - Szezámag; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.