

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:203 ZS:3,5 TZS:1,8 FH:9,8 SZH:30,5 CK:1,6 SO:1,9	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 Sárgarépa káposztasaláta	Kacsacsontleves (1;9;12) Lencsefőzelék (1;7;10;12) Sertéspörkölt (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma	Fehérbaleves f.hússal (1;9;12) Túrós csusza (1;7)
EN:470 ZS:12,8 TZS:2,1 FH:26,2 SZH:55,3 CK:0,6 SO:4,5	EN:816 ZS:50,7 TZS:9,3 FH:20,6 SZH:65,1 CK:7,8 SO:3,2	EN:855 ZS:27,3 TZS:4,9 FH:35,2 SZH:115,5 CK:23,4 SO:2,9	EN:964 ZS:39,6 TZS:7,4 FH:45,7 SZH:94,2 CK:7,0 SO:4,0	EN:794 ZS:35,9 TZS:13,5 FH:36,1 SZH:78,4 CK:7,1 SO:3,6
Kockasajt, natúr (7) kifli tej (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:229 ZS:5,7 TZS:1,1 FH:4,4 SZH:38,0 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, szulfidok; 13 - Csillagfű; 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:225 ZS:3,0 TZS:1,2 FH:8,0 SZH:40,3 CK:7,4 SO:1,0	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 - félada (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 - félada (1)	Gulyásleves (9;12) Tejbedara (1;7) Teljes kiőrlésű kenyér - félada (1) Kakaósórat
EN:712 ZS:21,7 TZS:8,1 FH:26,5 SZH:100,8 CK:8,2 SO:3,1	EN:622 ZS:20,8 TZS:4,2 FH:29,2 SZH:74,4 CK:11,5 SO:3,9	EN:867 ZS:35,6 TZS:5,1 FH:26,9 SZH:103,0 CK:25,6 SO:4,2	EN:534 ZS:13,0 TZS:3,7 FH:23,9 SZH:78,0 CK:4,9 SO:3,3	EN:767 ZS:25,5 TZS:9,4 FH:23,6 SZH:102,8 CK:42,5 SO:2,9
Lapka sajt (7) Magvas zsemle (1) Liga margarin	Liga margarin Vizes zsemle (1) Tv paprika	Olasz felvágott Szezámagos zsemle (1;11) Delma multivitaminos margarin	Sárgarépás sajtkrém (7) Vizes zsemle (1)	Abaúj barackos joghurt 100g (7) Korpás kifli (1;7)
EN:236 ZS:7,1 TZS:2,8 FH:8,6 SZH:30,1 CK:1,8 SO:1,2	EN:186 ZS:3,7 TZS:0,9 FH:5,1 SZH:31,9 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; 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:254 ZS:9,0 TZS:2,9 FH:9,1 SZH:29,8 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)	Fokhagymakrémleves (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:661 ZS:21,0 TZS:5,6 FH:26,4 SZH:86,8 CK:3,3 SO:4,3	EN:506 ZS:23,8 TZS:7,5 FH:18,4 SZH:52,7 CK:3,1 SO:2,4	EN:674 ZS:23,0 TZS:5,9 FH:30,7 SZH:83,3 CK:14,8 SO:6,3	EN:548 ZS:12,8 TZS:5,5 FH:30,7 SZH:71,2 CK:22,3 SO:2,2	EN:671 ZS:23,1 TZS:3,9 FH:26,3 SZH:88,1 CK:0,5 SO:3,1
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:206 ZS:3,8 TZS:1,9 FH:9,7 SZH:30,8 CK:2,2 SO:1,2	EN:373 ZS:20,6 TZS:8,1 FH:8,6 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)	Dejós búrkifli (1;6;8)	Pulyka pizzasonka (6) Delma joghurtos margarin (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Trappista sajt (7) Delma light margarin zsemle vizes (1)	Füstölt-tarjás szendvicskrém (7) Korpás zsemle (1)
EN:278 ZS:9,8 TZS:2,3 FH:6,2 SZH:39,2 CK:0,7 SO:1,8	EN:237 ZS:10,8 TZS:4,2 FH:3,8 SZH:24,4 CK:10,7 SO:0,2	EN:278 ZS:10,0 TZS:2,2 FH:7,9 SZH:37,6 CK:0,7 SO:1,9	EN:275 ZS:10,6 TZS:5,6 FH:12,6 SZH:31,0 CK:0,9 SO:0,6	EN:216 ZS:5,9 TZS:3,0 FH:8,1 SZH:30,6 CK:1,5 SO:1,4
Tarhonyaleves burgonyával (1;9;12) Édes-savanyú csirkemell (1;6;10) Petrezselymes rizs	Zöldségleves (9;12) Rakott kelkáposzta (7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Körte	Tejfölös gombaleves (1;7) Fokhagymás aprópecsenye (12) Petrezselymes burgonya (7;12) Káposzta saláta diab (10) *	Libacsontleves csigatésztával (1;3;9;12) Zöldborsófőzelék (1;7) Sült rudacska Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1)	Palócleves pulykahúsból (1;7;10;12) Mákkóstészta (1) Alma Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1)
EN:635 ZS:18,6 TZS:3,4 FH:22,3 SZH:92,8 CK:7,0 SO:4,1	EN:491 ZS:17,2 TZS:5,1 FH:25,0 SZH:55,9 CK:3,9 SO:3,4	EN:475 ZS:18,6 TZS:5,2 FH:22,9 SZH:47,9 CK:0,7 SO:4,1	EN:706 ZS:36,1 TZS:8,1 FH:28,1 SZH:63,3 CK:7,4 SO:3,9	EN:677 ZS:19,4 TZS:4,3 FH:25,0 SZH:98,1 CK:7,0 SO:6,0
Liga margarin Burgonyás kenyér (1;6;12) Paradicsom	Körözött tehéntúróból (7) Magvas zsemle (1)	Szezámagos sajtkrém (7;11) Fehér kenyér (1;6)	Olasz felvágott Margarin Fehér kenyér (1;6) Tv paprika	Abaúj barackos joghurt 100g (7) kifli tejes (1;7)
EN:203 ZS:4,4 TZS:1,0 FH:5,5 SZH:33,9 CK:0,4 SO:1,1	EN:261 ZS:9,0 TZS:4,2 FH:10,2 SZH:30,1 CK:1,7 SO:0,9	EN:239 ZS:5,4 TZS:2,4 FH:8,6 SZH:37,6 CK:2,1 SO:1,6	EN:322 ZS:13,5 TZS:3,8 FH:10,8 SZH:37,5 CK:0,6 SO:1,9	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 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.