

Reggeli

Ebéd

Uzsonna

Vacsora

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Citromos tea Szezámagos vajkrém (7;11) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:375 ZS:15,3 TZS:7,6 FH:5,5 SZH:51,5 CK:13,4 SO:1,5	Gyümölcsös tea Csirkemellsonka Delma joghurtos margarin (7) zsemle vizes (1) EN:442 ZS:8,6 TZS:2,0 FH:14,1 SZH:75,1 CK:14,1 SO:0,7	Citromos tea Lapka sajt (7) Delma multivitaminos margarin Császárzsemle (1;6) EN:302 ZS:10,4 TZS:3,6 FH:8,3 SZH:43,3 CK:14,2 SO:1,2	Tej 2,8% (7) Vajas pogácsa (1;3;7) EN:320 ZS:16,7 TZS:9,3 FH:9,9 SZH:28,7 CK:9,4 SO:0,8	Gyümölcsös tea Fokhagymás szelet Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:377 ZS:15,4 TZS:5,1 FH:7,8 SZH:49,7 CK:12,6 SO:2,0
Zöldséges gombaleves (1;12) Mustáros csirkecomb csíkok (10) Hagymás burgonya (12) EN:564 ZS:14,8 TZS:2,4 FH:29,4 SZH:69,8 CK:0,6 SO:5,5	Hamis gulyásleves (1;9;12) Tökfőzelék-kapros-cukkínis (1;7) Ízes pulykatokány (12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma EN:665 ZS:26,0 TZS:5,2 FH:26,7 SZH:76,9 CK:9,9 SO:4,0	Paradicsomleves (1;9;12) Majorannás csirkemáj (1) Párolt rizs Sárgarépás káposztasaláta EN:940 ZS:29,5 TZS:5,2 FH:36,7 SZH:130,1 CK:27,2 SO:3,4	Kacsacsontleves (1;9;12) Sertéspörkölt (1;12) Lencsefőzelék (1;7;10;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma EN:1089 ZS:46,5 TZS:8,3 FH:50,2 SZH:104,6 CK:7,7 SO:5,0	Fehérbaleves f.hússal (1;9;12) Túrós csusza (1;7) EN:923 ZS:41,9 TZS:15,8 FH:41,1 SZH:91,7 CK:8,4 SO:3,9
Kockasajt, natúr (7) kifli tejes (1;7) EN:148 ZS:3,3 TZS:2,0 FH:4,6 SZH:24,4 CK:1,9 SO:0,5	Gyümölcsjoghurt (7) EN:78 ZS:2,0 TZS:1,2 FH:4,2 SZH:10,5 CK:10,2 SO:0,1	Fahéjas kifli (1;3;7) EN:268 ZS:5,9 TZS:0,1 FH:7,7 SZH:47,5 CK:9,3 SO:0,8	Alma EN:25 ZS:0,3 TZS: FH: SZH:5,6 CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:
Bolognai spagetti (1;12) Sajtszórat (7) EN:602 ZS:25,5 TZS:9,4 FH:26,6 SZH:65,6 CK:3,8 SO:2,1	Rántott csirkecombfilé (1;3;7) Főtt burgonya (12) Vegyes befőtt EN:915 ZS:43,7 TZS:7,4 FH:27,1 SZH:91,0 CK:10,9 SO:4,2	Zöldborsófőzelék (1;7) Sült rudacska Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) EN:578 ZS:21,8 TZS:6,6 FH:25,0 SZH:67,0 CK:9,3 SO:3,2	Tejszínes gombás csirkecomb (1;7;12) Párolt rizs EN:661 ZS:23,7 TZS:5,4 FH:26,1 SZH:84,9 CK:1,0 SO:2,4	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:

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.

Reggeli

Ebéd

Uzsonna

Vacsora

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Mézes tea Lapka sajt (7) Liga maragrin Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:322 ZS:9,6 TZS:3,2 FH:7,5 SZH:49,6 CK:12,9 SO:1,7	Tejeskávé (1;7) Foszlós kalács (1;3;6;7) Delma joghurtos margarin (7) EN:500 ZS:13,4 TZS:5,1 FH:10,5 SZH:83,0 CK:50,3 SO:0,5	Limonádé Burgonyás kenyér (1;6;12) Liga margarin Paradicsom EN:286 ZS:5,7 TZS:1,3 FH:6,5 SZH:49,9 CK:10,6 SO:1,3	Gyümölcsös tea Zöldhagymás tojáskrém (3;7;10) Vizes zsemle (1) EN:471 ZS:12,1 TZS:4,1 FH:13,0 SZH:74,4 CK:14,0 SO:0,4	Gyümölcsös tea Abaúj barackos joghurt 100g (7) Delma light margarin Tejes kifli (1;7) EN:379 ZS:7,2 TZS:3,1 FH:10,4 SZH:66,5 CK:22,5 SO:1,0
Brokkoli krémleves (1;7;12) Sült csirkecomb ketchupos Párolt rizs Szilva EN:841 ZS:26,2 TZS:7,7 FH:41,9 SZH:106,8 CK:8,6 SO:5,1	Alföldi burgonyaleves (1;12) Finomfőzelék (1;7) Ízes pulykatokány (12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) EN:696 ZS:24,6 TZS:4,9 FH:31,5 SZH:81,7 CK:11,6 SO:4,7	Paradicsomleves (1;9;12) Halpaprikás (1;4;7) Pennetészta (1) EN:898 ZS:37,0 TZS:7,2 FH:29,4 SZH:108,4 CK:24,3 SO:4,1	Csontleves (1;9;12) Mexikói csirkemellragu (1;12) Főtt burgonya (12) Uborkasaláta EN:509 ZS:9,5 TZS:1,5 FH:27,6 SZH:71,9 CK:7,1 SO:5,4	Gulyásleves (9;12) Tejbedara (1;7) Kakaósórat EN:712 ZS:25,9 TZS:9,6 FH:22,0 SZH:90,1 CK:46,7 SO:2,7
Alma EN:37 ZS: SZH:8,4 TZS: CK:2,9 FH:0,5 SO:	Abaúj natúr joghurt 100g (7) EN:55 ZS:3,0 TZS:1,9 FH:3,3 SZH:3,8 CK:3,8 SO:0,0	Briós (1;3;6;7) EN:164 ZS:4,3 TZS:1,5 FH:4,4 SZH:28,4 CK:4,7 SO:0,3	Körte EN:36 ZS: SZH:8,4 TZS: CK:1,0 FH:0,3 SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:
Gyros-os csirke Főtt burgonya (12) Uborkasaláta EN:508 ZS:20,8 TZS:4,8 FH:21,5 SZH:52,2 CK:7,2 SO:4,7	Pizza saját (1;3;6;7) Gyümölcsös tea EN:615 ZS:20,9 TZS:7,5 FH:24,5 SZH:79,6 CK:21,0 SO:2,7	Pulykahúsos zöldségrakottas (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) EN:593 ZS:16,1 TZS:4,6 FH:27,2 SZH:82,1 CK:5,9 SO:4,2	Zöldborsos csirkemáj Párolt rizs Vegyeskompót EN:793 ZS:26,7 TZS:5,1 FH:38,1 SZH:99,2 CK:9,8 SO:3,2	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:

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.

Reggeli

Ebéd

Uzsonna

Vacsora

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Gyümölcsös tea Vajkrém, magyaros (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:351 ZS:13,1 TZS:7,0 FH:4,8 SZH:51,1 CK:13,3 SO:1,5	Tej 1,5% (7) Kakaóscsiga (1;3;7) EN:427 ZS:14,1 TZS:5,5 FH:12,6 SZH:57,0 CK:25,0 SO:0,5	Citromos tea Sertésmájás (6;7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:327 ZS:9,8 TZS:0,2 FH:7,1 SZH:50,2 CK:12,7 SO:1,8	Mézes tea Liga maragrin Magvas zsemle (1) Paradicsom EN:412 ZS:6,3 TZS:1,3 FH:10,6 SZH:69,7 CK:12,1 SO:1,5	Limonádé Soproni felvágott Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:363 ZS:14,2 TZS:4,1 FH:7,8 SZH:48,5 CK:11,1 SO:1,9
Lebbencsleves (1;9;12) Zöldbabfőzelék (1;7;12) Pulykapörkölt (12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Alma EN:705 ZS:23,4 TZS:6,1 FH:31,3 SZH:86,9 CK:3,4 SO:5,0	Csirkeaguleves (1;9;12) Sajtos-tejfölös spagetti (1;7) EN:586 ZS:26,0 TZS:8,3 FH:20,7 SZH:65,5 CK:3,9 SO:2,8	Fokhagymakrémleves (1;7;12) Levesgyöngy (1;3;7) Mustáros csirkecomb csíkok (10) Zöldséges bulgur (1) EN:771 ZS:23,6 TZS:6,1 FH:36,3 SZH:99,7 CK:14,7 SO:6,2	Csontleves (1;9;12) Burgonya féladag (12) Fahéjas almamártás (1;7) Főtt sertéshús EN:586 ZS:12,9 TZS:5,5 FH:31,7 SZH:78,6 CK:22,3 SO:2,3	Olasz zöldségleves (1;9;12) Párolt rizs Miskolci sertésapró (1) Mongol saláta diab (10) * EN:793 ZS:28,5 TZS:4,9 FH:32,2 SZH:100,2 CK:0,6 SO:3,8
Szilva EN:63 ZS: TZS: FH:0,8 SZH:14,0 CK:3,7 SO:	Natúr joghurt (7) EN:82 ZS:4,5 TZS:2,8 FH:5,0 SZH:5,7 CK:5,7 SO:0,0	Briós (1;3;6;7) EN:164 ZS:4,3 TZS:1,5 FH:4,4 SZH:28,4 CK:4,7 SO:0,3	Jam sárgabarack kifli tejes (1;7) EN:176 ZS:0,9 TZS:0,4 FH:3,5 SZH:37,4 CK:13,8 SO:0,4	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:
Bácskai rizseshús (12) Káposztasaláta EN:614 ZS:18,0 TZS:3,2 FH:28,5 SZH:83,6 CK:6,9 SO:3,3	Pizza saját (1;3;6;7) EN:564 ZS:20,9 TZS:7,5 FH:24,5 SZH:67,3 CK:8,9 SO:2,7	Burgonyafőzelék (1;7;12) Sertéspörkölt (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) EN:665 ZS:28,3 TZS:6,2 FH:25,9 SZH:69,3 CK:1,8 SO:4,4	Túrós csusza (1;7) EN:605 ZS:29,4 TZS:11,8 FH:22,5 SZH:60,1 CK:6,2 SO:1,4	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:

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.

Reggeli

Ebéd

Uzsonna

Vacsora

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Citromos tea Lapka sajt (7) Delma joghurtos margarin (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:345 ZS:11,5 TZS:3,5 FH:7,5 SZH:50,9 CK:14,0 SO:1,6	Tej 1,5% (7) Fahéjas kifli (1;3;7) EN:368 ZS:8,9 TZS:2,1 FH:13,5 SZH:56,7 CK:18,5 SO:0,9	Gyümölcsös tea Zöldséges szelet Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:355 ZS:13,0 TZS:3,5 FH:6,9 SZH:50,6 CK:12,8 SO:2,0	Limonádé Sertéspárizsi (6) Ráma csészés (7) Rozsos kenyér (1;5;8;11) EN:367 ZS:19,9 TZS:6,7 FH:10,4 SZH:40,8 CK:13,0 SO:1,1	Mézes tea Főtt tojáskarika (3) Liga maragrin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom EN:363 ZS:12,5 TZS:3,1 FH:11,3 SZH:49,3 CK:11,6 SO:1,3
Zöldborsóleves (1;12) Tejszínes gombás csirkemell (1;7;12) Párolt rizs Szilva EN:842 ZS:25,9 TZS:5,1 FH:35,1 SZH:114,9 CK:4,7 SO:2,6	Reszelttészta leves (1;9;12) Sertéspörkölt (1;12) Zabpelyhes paradicsomos káposzta (1) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) EN:813 ZS:33,8 TZS:4,6 FH:29,4 SZH:93,4 CK:24,3 SO:6,0	Vegyes gyümölcsleves (1;7) Fokhagymás aprópecsenye (12) Petrezselymes burgonya (7;12) Csemegeuborka diab (10) * EN:627 ZS:17,9 TZS:5,1 FH:26,9 SZH:82,0 CK:20,3 SO:5,9	Hamis gulyásleves (1;9;12) Rakott karfiol (7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) EN:754 ZS:39,6 TZS:11,3 FH:29,0 SZH:65,6 CK:1,4 SO:3,3	Fejlesztettbaleves (1;7;9;12) Paprikásburgonya kolbásszal (1;6;12) Alma Fehér kenyér (1;6) EN:914 ZS:42,0 TZS:12,5 FH:32,3 SZH:91,4 CK:5,5 SO:7,3
Kefír (7) kifli tejes (1;7) EN:117 ZS:0,9 TZS:0,5 FH:3,6 SZH:23,0 CK:1,1 SO:0,4	Müzliszelet pirosgyümölcsös hozzáadott cukor nélküli (1;6) * EN:13 ZS:0,3 TZS:0,1 FH:0,2 SZH:3,0 CK:0,3 SO:0,0	Alma EN:25 ZS:0,3 TZS: FH: SZH:5,6 CK: SO:	Delma light margarin Vizes zsemle (1) EN:343 ZS:5,4 TZS:1,3 FH:9,6 SZH:62,0 CK:1,9 SO:0,2	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:
Sertéspörkölt (1;12) Főtt burgonya (12) Káposztasaláta EN:501 ZS:15,6 TZS:2,6 FH:24,3 SZH:59,1 CK:6,8 SO:5,6	Gyümölcsös tea Főtt virsli (6) Mustár (10) Korpás kenyér (1;6) EN:567 ZS:25,6 TZS:9,2 FH:32,1 SZH:48,5 CK:14,5 SO:5,8	Karalábéfőzelék (1;7) Húsgombóc (3;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) EN:643 ZS:28,8 TZS:8,8 FH:23,1 SZH:71,8 CK:9,2 SO:3,0	Magyaros csirkemáj (1) Párolt rizs Almakompót EN:704 ZS:23,0 TZS:3,6 FH:27,1 SZH:96,0 CK:7,9 SO:2,2	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:

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.

Reggeli

Ebéd

Uzsonna

Vacsora

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Mézes tea Toust szelet Delma joghurtos margarin (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:328 ZS:10,1 TZS:2,4 FH:6,6 SZH:50,8 CK:11,8 SO:1,9	Tej 2,8% (7) Dejós búrkifli (1;6;8) EN:361 ZS:16,4 TZS:8,0 FH:9,6 SZH:33,6 CK:19,9 SO:0,2	Gyümölcsös tea Pulyka pizzasonka (6) Delma joghurtos margarin (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:334 ZS:10,3 TZS:2,3 FH:8,6 SZH:49,8 CK:12,8 SO:2,0	Citromos tea Abaúj natúr sajtkrém (7) Magvas kenyér (1;6) EN:298 ZS:4,9 TZS:2,2 FH:11,6 SZH:50,4 CK:16,3 SO:1,9	Natúr joghurt (7) Korpás zsemle (1) Delma multivitaminos margarin EN:445 ZS:12,1 TZS:4,6 FH:15,5 SZH:65,0 CK:7,9 SO:1,3
Tarhonyaleves burgonyával (1;9;12) Édes-savanyú csirkemell (1;6;10) Petrezselymes rizs EN:815 ZS:24,1 TZS:4,3 FH:28,6 SZH:118,9 CK:9,0 SO:5,1	Zöldségleves (9;12) Rakott kelkáposzta (7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) EN:581 ZS:22,0 TZS:6,5 FH:31,7 SZH:60,4 CK:3,6 SO:4,4	Tejfölös gombaleves (1;7) Rántott csirkemell (1;3;7) Petrezselymes burgonya (7;12) Káposzta saláta diab (10) * EN:997 ZS:49,0 TZS:9,2 FH:35,7 SZH:94,5 CK:2,7 SO:5,3	Libacsontleves csigatésztával (1;3;9;12) Zöldborsófőzelék (1;7) Sült rudacska Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) EN:796 ZS:37,7 TZS:8,6 FH:32,0 SZH:77,6 CK:9,5 SO:4,4	Palócleves pulykahúsból (1;7;10;12) Mákoszsza (1) Alma EN:723 ZS:23,0 TZS:5,4 FH:29,1 SZH:98,2 CK:8,4 SO:6,8
Alma EN:63 ZS:0,7 TZS: FH:0,7 SZH:12,6 CK: SO:	Gyümölcsjoghurt (7) EN:78 ZS:2,0 TZS:1,2 FH:4,2 SZH:10,5 CK:10,2 SO:0,1	Fahéjas kifli (1;3;7) EN:268 ZS:5,9 TZS:0,1 FH:7,7 SZH:47,5 CK:9,3 SO:0,8	Kockasajt, natúr (7) kifli tejes (1;7) EN:162 ZS:4,4 TZS:2,7 FH:5,1 SZH:25,1 CK:2,3 SO:0,5	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:
Sonkás carbonárás szósz (1;7) Pennetészta (1) EN:666 ZS:30,7 TZS:10,8 FH:19,0 SZH:76,5 CK:7,4 SO:4,8	Húsos zöldséges puffancs (1;3;6;7;10) EN:725 ZS:49,0 TZS:13,0 FH:19,6 SZH:53,3 CK:10,6 SO:3,0	Fejtett babfőzelék (1;7;12) Sült csirkecomb csíkok (7) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) EN:656 ZS:22,8 TZS:6,4 FH:36,8 SZH:65,1 CK:8,9 SO:2,3	Ízes pulykatokány (12) Főtt burgonya (12) Csemege uborka (10) EN:409 ZS:10,9 TZS:1,8 FH:24,0 SZH:48,7 CK:1,4 SO:5,4	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:

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 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszeret tartalmaz.