

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Mézes tea Abaúj natúr sajtkrém (7) Magvas kenyér (1;6) Vizes zsemle (1) EN:339 ZS:3,5 TZS:1,2 FH:12,2 SZH:62,9 CK:8,7 SO:1,2	Limonádé Zöldséges szelet Liga margarin Rozsos kenyér (1;5;8;11) EN:230 ZS:6,6 TZS:2,0 FH:6,1 SZH:32,4 CK:12,2 SO:0,8	Kakaó (7) Ráma csészés (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom EN:280 ZS:9,1 TZS:3,2 FH:7,1 SZH:38,4 CK:11,1 SO:1,0	Gyümölcsös tea Pórés tojáskrém (3;7;10) zsemle vizes (1) EN:249 ZS:7,2 TZS:2,5 FH:7,1 SZH:37,7 CK:7,0 SO:0,3	Tej 1,5% (7) Baromfipárizsi Teljes kiőrlésű kenyér (1) Delma joghurtos margarin (7) Jégcsapretek EN:263 ZS:10,0 TZS:2,9 FH:8,5 SZH:31,9 CK:5,1 SO:1,3
Gyümölcsleves (1;7) Nyári zöldséges apróhús (12) Kuszkusz (1;7) EN:549 ZS:17,5 TZS:4,0 FH:20,9 SZH:73,5 CK:20,3 SO:3,2	Köménymagos rántottleves (1) Piritott zsemlekocka (1) Karlábéféőzelék (1;7) Húsgombóc (3;12) Teljes kiőrlésű kenyér - félada (1) Alma EN:556 ZS:24,2 TZS:6,5 FH:17,6 SZH:65,7 CK:8,9 SO:2,5	Zelleres burgonyaleves (1;9;12) Hentestokány sertéshúsból (1;10) Párolt rizs Vegyesvágott (10) EN:655 ZS:25,2 TZS:6,6 FH:22,8 SZH:82,2 CK:1,5 SO:4,6	Kertészleves gazdagon (1;9;12) Rakott zöldbab (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - félada (1) Szilva EN:602 ZS:30,4 TZS:9,4 FH:19,1 SZH:64,4 CK:8,0 SO:3,5	Kelkáposztaleves rudacskával (1;7;12) Darásmetélt (1) Sárgabarckiz Fehér kenyér (1;6) EN:650 ZS:22,8 TZS:5,8 FH:17,2 SZH:91,3 CK:19,7 SO:4,2
Natúr húskenyér Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldhagyma EN:221 ZS:9,4 TZS:3,0 FH:4,9 SZH:27,5 CK:0,4 SO:1,4	Szezámós-lenmagvas kifli (1;7;11) Kockasajt, natúr (7) EN:203 ZS:7,5 TZS:1,6 FH:6,6 SZH:25,6 CK:2,3 SO:0,5	Petrezselymes túrókrém (7) Császárszemle (1;6) EN:209 ZS:5,4 TZS:2,4 FH:8,7 SZH:30,6 CK:1,7 SO:1,1	Vajas méz (7) Fehér kenyér (1;6) EN:242 ZS:8,9 TZS:4,0 FH:5,0 SZH:35,6 CK:10,3 SO:0,9	Abaúj natúr joghurt 100g (7) Korpás kifli (1;7) EN:200 ZS:4,5 TZS:1,9 FH:8,0 SZH:31,2 CK:5,0 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
Citromos tea Szezámagos vajkrém (7;11) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek EN:244 ZS:9,4 TZS:4,4 FH:4,0 SZH:34,4 CK:6,9 SO:1,0	Mézes tea Csirkemell sonka Delma joghurtos margarin (7) Vizes zsemle (1) EN:232 ZS:5,5 TZS:1,0 FH:7,8 SZH:37,2 CK:6,4 SO:0,5	Limonádé Tejfölös túró (7) Korpás kenyér (1;6) EN:216 ZS:3,1 TZS:1,6 FH:8,3 SZH:35,8 CK:11,5 SO:1,6	Kakaó (7) Búzakorpás diákrúd (1;7) Liga margarin Paradicsom EN:258 ZS:5,8 TZS:2,2 FH:8,8 SZH:38,9 CK:11,9 SO:0,7	Gyümölcsös tea Sertésmáj (6;7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Lilahagyma EN:225 ZS:6,7 TZS:0,1 FH:5,1 SZH:34,4 CK:6,4 SO:1,3
Karfiolleves zöldséges (1;12) Paprikásburgonya kolbásszal (1;6;12) Csemegeuborka diab (10) * EN:469 ZS:28,3 TZS:6,8 FH:15,5 SZH:34,7 CK:0,2 SO:3,6	Hamis gulyásleves (1;9;12) Tökfőzelék-kapros-cukkínis (1;7) Ízes pulykatokány (12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma EN:465 ZS:18,6 TZS:3,7 FH:19,4 SZH:52,2 CK:7,0 SO:2,7	Paradicsomleves (1;9;12) Majorannás csirkemáj (1) Párolt rizs Sárgarépás káposztasaláta EN:678 ZS:20,8 TZS:3,8 FH:28,0 SZH:93,4 CK:18,1 SO:2,3	Kacsacsontleves (1;9;12) Sertéspörkölt (1;12) Burgonyafőzelék (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma EN:650 ZS:30,3 TZS:5,7 FH:24,1 SZH:63,8 CK:4,0 SO:3,9	Fehérbaleves f.hússal (1;9;12) Túrós csusza (1;7) EN:645 ZS:29,4 TZS:11,1 FH:28,9 SZH:63,5 CK:5,9 SO:2,8
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	Mogyorókrémes vaj (5;6;7) Fehér kenyér (1;6) EN:284 ZS:13,8 TZS:4,3 FH:5,8 SZH:33,5 CK:7,0 SO:0,9	Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika EN:164 ZS:3,9 TZS:0,7 FH:3,2 SZH:27,4 CK:0,4 SO:0,9	Aro fokhagymás szelet Magvas zsemle (1) Delma multivitaminos margarin EN:244 ZS:9,0 TZS:2,8 FH:7,4 SZH:29,0 CK:0,5 SO:1,2	Abaúj kefir (7) Korpás kifli (1;7) 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, szulfitek; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Kakaó (7) Mátrai csemege szalámi Teljes kiőrlésű kenyér (1) Liga margarin EN:345 ZS:15,2 TZS:6,1 FH:10,5 SZH:37,8 CK:11,2 SO:1,6	Citromos tea Vaniliás krémtúró (7) Burgonyás kenyér (1;6;12) EN:206 ZS:2,3 TZS:0,8 FH:6,3 SZH:38,9 CK:11,4 SO:0,8	Limonádé Szezámagos vajkrém (7;11) Paradicsom Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:265 ZS:9,4 TZS:4,4 FH:4,0 SZH:38,9 CK:11,0 SO:1,0	Gyümölcsös tea Zöldhagymás tojáskrém (3;7;10) Búzakorpás diákrúd (1;7) EN:245 ZS:8,5 TZS:2,7 FH:6,9 SZH:33,2 CK:7,2 SO:0,8	Citromos tea Sajtos tavaszi rúd (6;7) Ráma csészés (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek EN:247 ZS:9,1 TZS:2,5 FH:5,8 SZH:33,7 CK:6,6 SO:1,2
Brokkoli krémleves (1;7;12) Levesgyöngy (1;3;7) Bácskai tarhonyáshús (1;12) Csemegeuborka diab (10) * EN:543 ZS:25,8 TZS:6,8 FH:23,1 SZH:53,0 CK:3,7 SO:4,0	Alföldi burgonyaleves (1;12) Lencsefőzelék (1;7;10;12) Ízes pulykatokány (12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Körte EN:623 ZS:20,5 TZS:4,1 FH:31,4 SZH:70,4 CK:3,9 SO:2,4	Daragaluskaleves (1;3;9;12) Bolognai spagetti (1;12) Sajtszórát (7) EN:465 ZS:18,3 TZS:6,8 FH:19,8 SZH:54,4 CK:2,5 SO:3,3	Csontleves (1;9;12) Mexikói csirkemellragu (1;12) Főtt burgonya (12) Mongol saláta diab (10) * EN:343 ZS:6,4 TZS:1,0 FH:19,2 SZH:47,6 CK:0,3 SO:3,6	Gulyásleves (9;12) Tejbedara (1;7) Kakaószórát Fehér kenyér (1;6) EN:610 ZS:20,5 TZS:7,6 FH:20,6 SZH:79,8 CK:33,6 SO:2,4
Lapka sajt (7) Magvas zsemle (1) Liga margarin EN:227 ZS:5,9 TZS:2,5 FH:8,7 SZH:30,3 CK:2,0 SO:1,2	Delma multivitaminos margarin Vizes zsemle (1) Tv paprika EN:194 ZS:4,6 TZS:1,1 FH:5,1 SZH:32,0 CK:0,9 SO:0,1	Olasz felvágott Szezámagos zsemle (1;11) Delma joghurtos margarin (7) EN:226 ZS:9,1 TZS:2,7 FH:6,7 SZH:28,5 CK:1,0 SO:1,0	Sajtkrém natúr (7) Rágórépa Teljes kiőrlésű zsemle (1;6) EN:196 ZS:4,3 TZS:2,2 FH:7,3 SZH:33,2 CK:0,9 SO:0,8	Abaúj barackos joghurt 100g (7) Korpás kifli (1;7) 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
Gyümölcsös tea Vajkrém, magyaros (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:235 ZS:8,9 TZS:4,7 FH:3,4 SZH:33,8 CK:6,9 SO:1,0	Tejeskávé (1;7) Barack lekvár Teljes kiőrlésű kenyér (1) Liga margarin EN:366 ZS:5,4 TZS:1,7 FH:6,0 SZH:69,0 CK:40,2 SO:1,0	Limonádé Sertésmáj (6;7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka EN:241 ZS:6,7 TZS:0,1 FH:5,2 SZH:37,8 CK:10,5 SO:1,3	Tej 1,5% (7) Aro sertéslöncs (1;6;7;10) Magvas zsemle (1) Fejessaláta EN:273 ZS:7,8 TZS:2,9 FH:10,6 SZH:33,9 CK:5,2 SO:1,3	Citromos tea Soproni felvágott Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:247 ZS:9,6 TZS:2,8 FH:5,4 SZH:33,4 CK:6,7 SO:1,3
Lebbencsleves (1;9;12) Fejtett babfőzelék (1;7;12) Ripp-Ropp natúr vagdalt (1;3;6) Fehér kenyér (1;6) Alma EN:693 ZS:21,0 TZS:4,8 FH:25,4 SZH:92,5 CK:6,3 SO:3,3	Csirkeraguleves (1;9;12) Sajtos-tejfölös spagetti (1;7) EN:436 ZS:20,8 TZS:6,9 FH:16,1 SZH:44,6 CK:2,8 SO:2,0	Fokhagymakrémleves (1;7;12) Levesgyöngy (1;3;7) Rántott csirkemell (1;3;7) Zöldséges rizs EN:750 ZS:35,8 TZS:7,0 FH:23,8 SZH:80,8 CK:3,3 SO:3,8	Csontleves (1;9;12) Burgonya félada (12) Sóskamártás (1;7) Főtt sertéshús EN:434 ZS:13,0 TZS:3,9 FH:25,8 SZH:48,1 CK:15,3 SO:2,3	Fahéjas almaleves (1;7) Miskolci sertésapró (1) Párolt rizs Mongol saláta diab (10) * EN:616 ZS:17,3 TZS:3,7 FH:21,8 SZH:91,1 CK:12,8 SO:1,8
Liga margarin Korpás zsemle (1) Tv paprika EN:179 ZS:2,9 TZS:0,6 FH:5,5 SZH:30,5 CK:1,1 SO:0,7	Abaúj natúr sajtkrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Lilahagyma EN:196 ZS:3,6 TZS:1,2 FH:5,8 SZH:33,7 CK:2,2 SO:1,2	Túrókrém kapos (7) Korpás zsemle (1) EN:199 ZS:3,4 TZS:1,6 FH:9,1 SZH:30,6 CK:2,1 SO:1,1	Kolbászkrem (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:292 ZS:17,2 TZS:6,9 FH:6,8 SZH:26,5 CK:0,4 SO:1,2	Abaúj natúr joghurt 100g (7) Tejes kifli (1;7) 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 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Limonádé Lapka sajt (7) Delma joghurtos margarin (7) Vizes zsemle (1) Póréhagyma EN:290 ZS:7,5 TZS:2,9 FH:9,1 SZH:45,1 CK:12,6 SO:0,5	Kakaó (7) Fahéjas kifli (1;3;7) EN:359 ZS:8,3 TZS:1,6 FH:11,7 SZH:58,7 CK:20,0 SO:0,9	Mézes tea Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldséges szelet Tv paprika EN:241 ZS:8,8 TZS:2,4 FH:5,1 SZH:33,9 CK:6,0 SO:1,4	Tej 1,5% (7) Sertéspárizsi (6) Ráma csészés (7) Rozsos kenyér (1;5;8;11) Kígyóuborka EN:252 ZS:12,0 TZS:4,4 FH:9,6 SZH:26,6 CK:6,6 SO:0,7	Gyümölcsös tea Vajkrém, magyaros (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom EN:240 ZS:8,9 TZS:4,7 FH:3,6 SZH:34,6 CK:6,9 SO:1,0
Zöldborsóleves (1;12) Tejszínes gombás csirkecomb (1;7;12) Párolt rizs Szilva EN:623 ZS:19,0 TZS:4,0 FH:22,8 SZH:88,3 CK:4,5 SO:1,8	Reszelttészta leves (1;9;12) Sertéspörkölt (1;12) Zabpelyhes paradicsomos káposzta (1) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) EN:542 ZS:22,8 TZS:3,2 FH:20,8 SZH:60,5 CK:16,2 SO:4,0	Vegyes gyümölcsleves (1;7) Fokhagymás aprópecsenye (12) Petrezselymes burgonya (7;12) Csemegeuborka diab (10) * EN:433 ZS:12,2 TZS:3,5 FH:18,2 SZH:57,6 CK:15,2 SO:4,1	Hamis gulyásleves (1;9;12) Rakott karfiol (7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) EN:529 ZS:28,4 TZS:7,9 FH:20,0 SZH:45,1 CK:0,9 SO:2,3	Fejtett bableves f.hússal (1;7;9;12) Krumplistészta (1;12) Alma Fehér kenyér (1;6) EN:615 ZS:17,8 TZS:4,9 FH:21,0 SZH:87,4 CK:6,0 SO:6,2
Szendvicssonka (7) Liga margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) EN:97 ZS:3,8 TZS:0,6 FH:4,2 SZH:11,0 CK:0,2 SO:0,8	Füstölt sajtkrém (7) Magvas zsemle (1) Jégcsapretek EN:268 ZS:11,0 TZS:5,4 FH:8,9 SZH:29,3 CK:0,5 SO:0,9	Fehér kenyér (1;6) Túrókrém ananász (7) EN:188 ZS:3,3 TZS:1,7 FH:8,3 SZH:30,1 CK:4,7 SO:0,9	Vajkrém répás (7) Vizes zsemle (1) EN:228 ZS:8,0 TZS:4,8 FH:5,3 SZH:32,5 CK:1,4 SO:0,2	Abaúj kefir (7) Korpás kifli (1;7) 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.