

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Alföldi tavaszi rolád (1;6;7) Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:294 ZS:11,9 TZS:3,0 FH:7,4 SZH:37,6 CK:0,7 SO:1,8	Kakaóscsiga (1;3;7) EN:255 ZS:8,6 TZS:2,7 FH:5,3 SZH:37,2 CK:12,3 SO:0,3	Zala felvágott Delma joghurtos margarin (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika EN:327 ZS:14,5 TZS:4,1 FH:8,3 SZH:38,9 CK:0,7 SO:1,9	Löncshús Magvas zsemle (1) Kígyóuborka EN:221 ZS:5,4 TZS:1,8 FH:9,1 SZH:29,7 CK:0,8 SO:1,4	Kenőmájas (6) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Lilahagyma EN:297 ZS:10,4 TZS:3,2 FH:8,7 SZH:40,5 CK:0,6 SO:1,6
Karfiollesves tejfölös (1;7) Páztortarhonya (1;6;12) Csemege uborka (10) EN:631 ZS:33,3 TZS:10,3 FH:22,0 SZH:57,9 CK:2,9 SO:4,4	Lebbencsleves (1;9;12) Zöldbabfőzelék (1;7;12) Pulykapörkölt (12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma EN:549 ZS:19,5 TZS:5,5 FH:24,1 SZH:65,6 CK:3,0 SO:3,6	Olasz zöldségleves (1;9;12) Édes-savanyú csirkemell (1;6;10) Petrezselymes rizs Vegyessaláta EN:654 ZS:17,4 TZS:2,8 FH:23,1 SZH:99,8 CK:15,3 SO:5,0	Csontleves (1;9;12) Rakott kelkáposzta (7;12) Alma EN:405 ZS:15,4 TZS:5,0 FH:23,4 SZH:41,6 CK:1,1 SO:1,8	Csirkeraguleves (1;9;12) Tejbedara (1;7) Kakaósórat Szaloncukor zselés (6) EN:885 ZS:28,6 TZS:14,4 FH:21,3 SZH:128,7 CK:90,6 SO:1,8
Liga margarin Korpás zsemle (1) Paradicsom EN:187 ZS:3,9 TZS:0,9 FH:5,4 SZH:30,4 CK:1,1 SO:0,7	Abaúj natúr sajtkrém (7) Fehér kenyér (1;6) Jégcsapretek EN:234 ZS:3,2 TZS:1,6 FH:10,4 SZH:39,8 CK:3,3 SO:1,7	Túrókrém kapos (7) Korpás zsemle (1) EN:206 ZS:3,8 TZS:1,9 FH:9,7 SZH:30,8 CK:2,2 SO:1,2	Vajkrém, magyaros (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:300 ZS:13,1 TZS:7,0 FH:4,8 SZH:38,9 CK:1,2 SO:1,5	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

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	Szombat
Vajkrém, natúr (7) Vizes zsemle (1) Hónapos retek	Kakaós csiga (1;6)	Főtt rudacska Tejes kifli (1;7) Mustár (10)	Füstölt-tarjás szendvicsskrém (7) Burgonyás kenyér (1;6;12)	Delma joghurtos margarin (7) Fokhagymás szelet Fehér kenyér (1;6)	Brió (1;3;6;7)
EN:262 ZS:11,2 TZS:6,9 FH:5,7 SZH:33,7 CK:2,1 SO:0,3	EN:224 ZS:8,6 TZS:4,0 FH:3,8 SZH:31,5 CK:11,5 SO:0,2	EN:307 ZS:17,8 TZS:5,2 FH:12,1 SZH:24,0 CK:2,1 SO:2,3	EN:232 ZS:6,5 TZS:3,1 FH:8,2 SZH:34,0 CK:0,9 SO:1,7	EN:301 ZS:12,3 TZS:4,3 FH:9,9 SZH:36,4 CK:0,6 SO:1,8	EN:164 ZS:4,3 TZS:1,5 FH:4,4 SZH:28,4 CK:4,7 SO:0,3
Paradicsomleves (1;9;12) Mexikói csirkés rizs sajttal (7;12)	Csurgatott tojásleves (1;3) Burgonyafőzelék (1;7;12) Sertéspörkölt (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér - félada (1) Körte	Libacsontleves csigatésztával (1;3;9;12) Toroskáposzta (12) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Hamis gulyásleves (1;9;12) Rakott karfiol (7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - félada (1)	Karfiollevés zöldséges (1;12) Sonkás carbonárás szósz (1;7) Spagetti (1) Alma	Zöldborsóleves (1;12) Paprikásburgonya kolbásszal (1;6;12) Csemegeuborka diab (10) * Teljes kiőrlésű kenyér - félada (1)
EN:595 ZS:15,0 TZS:3,8 FH:29,1 SZH:85,2 CK:18,2 SO:2,4	EN:758 ZS:31,0 TZS:6,3 FH:26,5 SZH:85,4 CK:3,8 SO:4,3	EN:663 ZS:32,6 TZS:4,7 FH:30,4 SZH:57,4 CK:0,8 SO:7,0	EN:600 ZS:32,5 TZS:9,1 FH:22,9 SZH:50,3 CK:1,0 SO:2,6	EN:763 ZS:35,1 TZS:10,4 FH:20,5 SZH:88,3 CK:6,8 SO:5,0	EN:658 ZS:32,2 TZS:7,8 FH:22,6 SZH:64,8 CK:0,5 SO:4,4
Csirkemell sonka Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Zöldfűszeres sajtkrém (7) Magvas zsemle (1) Kígyóuborka	Liga margarin Vizes zsemle (1) Paradicsom	Sertéspárizsi (6) Császárszsemle (1;6) Tv paprika	Abaúj natúr joghurt 100g (7) Teljeskiőrlésű kifli (1;6)	Liga margarin Trappista sajt (7) Vizes zsemle (1)
EN:281 ZS:9,8 TZS:1,8 FH:8,7 SZH:37,8 CK:0,6 SO:1,9	EN:272 ZS:11,6 TZS:5,6 FH:7,8 SZH:30,0 CK:1,2 SO:1,0	EN:185 ZS:3,7 TZS:0,9 FH:5,0 SZH:31,8 CK:0,9 SO:0,1	EN:198 ZS:7,7 TZS:2,5 FH:8,3 SZH:30,9 CK:0,7 SO:1,2	EN:181 ZS:3,8 TZS:2,0 FH:8,1 SZH:29,3 CK:4,4 SO:0,6	EN:275 ZS:10,7 TZS:5,7 FH:12,6 SZH:31,0 CK:0,9 SO:0,7

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
Szendvicssonka (7) Liga margarin Fehér kenyér (1;6) Lilahagyma EN:260 ZS:5,3 TZS:0,9 FH:11,9 SZH:39,9 CK:0,6 SO:1,9	Mákos búrkifli (1;6) EN:232 ZS:10,1 TZS:4,3 FH:4,0 SZH:24,1 CK:11,3 SO:0,2	Aro sertéslöncs (1;6;7;10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek EN:288 ZS:10,5 TZS:3,0 FH:8,0 SZH:38,2 CK:0,6 SO:2,0	Körözött tehéntúróból (7) Magvas kenyér (1;6) EN:282 ZS:9,5 TZS:4,2 FH:12,4 SZH:35,2 CK:1,8 SO:1,4	Szezámagos sajtkrém (7;11) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom EN:256 ZS:7,4 TZS:2,5 FH:6,0 SZH:39,6 CK:2,1 SO:1,6
Köménymagos rántottleves (1) Rántott csirkemell (1;3;7) Petrezselymes burgonya (7;12) Almakompót EN:784 ZS:38,2 TZS:5,4 FH:24,5 SZH:79,0 CK:7,5 SO:3,7	Tejfölös burgonyaleves (1;7;12) Bakonyi ragu csirkehúsból (1;7) Párolt rizs Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Körte EN:916 ZS:26,5 TZS:7,9 FH:29,3 SZH:135,1 CK:6,6 SO:3,9	Zöldségkrémleves (1;12) Levesgyöngy (1;3;7) Bolognai spagetti (1;12) Sajtszórat (7) Alma EN:782 ZS:29,7 TZS:10,3 FH:28,7 SZH:82,0 CK:6,6 SO:3,9	Májgaluska leves (1;3;9;12) Lencsefőzelék (1;7;10;12) Sertéspörkölt (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) EN:864 ZS:33,7 TZS:7,0 FH:46,2 SZH:83,0 CK:4,4 SO:4,5	Kelkáposztaleves virslivel (1;6;7;12) Mákos kifli (1;5;6;7;8;11) Vanília öntet (7) EN:912 ZS:33,7 TZS:11,2 FH:28,0 SZH:117,0 CK:39,5 SO:2,9
Kockasajt, sonkás (7) Teljeskiőrlésű kifli (1;6) EN:160 ZS:3,5 TZS:1,8 FH:6,6 SZH:26,4 CK:1,3 SO:0,8	Szendvicsskrém vegyesfelvágottból (7) Rozsos kenyér (1;5;8;11) Kígyóborka EN:313 ZS:14,3 TZS:6,0 FH:8,0 SZH:30,6 CK:2,8 SO:0,6	Mákos búrkifli (1;6) EN:232 ZS:10,1 TZS:4,3 FH:4,0 SZH:24,1 CK:11,3 SO:0,2	Olasz felvágott Delma multivitaminos margarin Császárszemle (1;6) Tv paprika EN:285 ZS:13,9 TZS:4,2 FH:8,6 SZH:31,1 CK:0,8 SO:1,3	Epres joghurt (7) Tejes kifli (1;7) EN:178 ZS:2,5 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 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Lapka sajt (7) Delma margarin Vizes zsemle (1)	Zala felvágott Liga margarin Burgonyás kenyér (1;6;12) Lilahagyma			
EN:226 ZS:6,5 TZS:2,8 FH:8,4 SZH:32,5 CK:2,4 SO:0,6	EN:281 ZS:9,8 TZS:3,2 FH:9,7 SZH:37,1 CK:0,4 SO:1,7	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:
FokhagymakréMLEVES (1;7;12) Sertés paprikás (1;7;12) DurumtésZta (1) Körte LevesgyöNGy (1;3;7)	FejTett bableves f.hússal (1;7;9;12) Teljes kiörlésű kenyér - féladaG (1) MákosTésZta (1)			
EN:755 ZS:29,8 TZS:8,5 FH:25,7 SZH:92,6 CK:6,7 SO:4,0	EN:677 ZS:22,2 TZS:6,3 FH:23,2 SZH:91,2 CK:4,9 SO:8,8	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:
Sertéspárizsi (6) Delma light margarin Teljes kiörlésű kenyér (1) Paradicsom	PetreZselymes tojáskrém (3;7;10) Magvas zsemle (1)			
EN:267 ZS:11,7 TZS:3,5 FH:7,6 SZH:38,4 CK:0,7 SO:1,8	EN:260 ZS:10,6 TZS:3,6 FH:8,0 SZH:28,9 CK:0,6 SO:1,0	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	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.