

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Kárpáti szalámi Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Soproni felvágott Fehér kenyér (1;6) Paradicsom Liga margarin	Mixxel szórt pogácsa (1;3;6;7)	Zalafelvágott krém (7) Császárszemle (1;6) Kígyóuborka	Sertésmáj (6;7) Rozsos kenyér (1;5;8;11) Zöldhagyma
EN:345 ZS:17,5 TZS:5,6 FH:7,8 SZH:37,3 CK:0,6 SO:1,8	EN:285 ZS:9,5 TZS:3,3 FH:10,7 SZH:37,7 CK:1,0 SO:2,0	EN:216 ZS:14,8 TZS:3,0 FH:6,0 SZH:22,6 CK:0,7 SO:0,6	EN:256 ZS:12,2 TZS:4,8 FH:6,6 SZH:30,2 CK:0,7 SO:0,9	EN:252 ZS:8,3 TZS:0,4 FH:8,7 SZH:30,6 CK:2,7 SO:0,8
Tejfőlesz zöldbaleves (1;7;12) Rántott halfilé (1;3;4) Petrezselymes rizs Csemege uborka (10)	Zelleres burgonyaleves (1;9;12) Székelykáposzta (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - félada (1) Alma	Brokkoli krémleves (1;7;12) Levesgyöngy (1;3;7) Zöldborsós csirkemáj Petrezselymes burgonya (7;12) Mongol saláta diab (10) *	Csontleves (1;9;12) Burgonyafőzelék (1;7;12) Sertéspörkölt (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér - félada (1)	Kolbászos baleves (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér - félada (1) Sajtos-tejfőlesz spagetti (1;7) Mandarin
EN:930 ZS:44,8 TZS:8,1 FH:29,1 SZH:102,9 CK:2,9 SO:5,6	EN:653 ZS:28,0 TZS:7,6 FH:26,3 SZH:69,1 CK:1,0 SO:5,5	EN:660 ZS:29,7 TZS:9,6 FH:35,0 SZH:56,3 CK:2,2 SO:5,7	EN:648 ZS:23,3 TZS:5,1 FH:25,5 SZH:76,8 CK:1,9 SO:3,6	EN:832 ZS:30,6 TZS:10,2 FH:24,8 SZH:109,9 CK:4,2 SO:3,7
Liga margarin Tv paprika Korpás zsemle (1)	Teljeskiőrlésű kifli (1;6) Kockasajt, sonkás (7)	Vizes zsemle (1) Delma joghurtos margarin (7) Szendvicsonka (7) Hónapos retek	Túrókrém ananászos (7) Fehér kenyér (1;6)	Epres joghurt (7) Korpás kifli (1;7)
EN:188 ZS:3,9 TZS:0,9 FH:5,5 SZH:30,5 CK:1,1 SO:0,7	EN:160 ZS:3,5 TZS:1,8 FH:6,6 SZH:26,4 CK:1,3 SO:0,8	EN:256 ZS:8,1 TZS:1,5 FH:10,0 SZH:35,3 CK:2,8 SO:0,6	EN:250 ZS:3,9 TZS:2,0 FH:10,8 SZH:41,1 CK:5,6 SO:1,2	EN:207 ZS:3,1 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) Rozsos zsemle (1) Hónapos retek	Csemege turista szalámi Liga margarin Kígyóborka Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Szezámagos sajtkrém (7;11) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Túrókrém zöldhagymás (7) Burgonyás kenyér (1;6;12)	Csirkemell sonka Delma multivitaminos margarin Korpás zsemle (1) Lilahagyma
EN:240 ZS:11,1 TZS:7,1 FH:6,1 SZH:35,6 CK:3,3 SO:1,0	EN:330 ZS:15,0 TZS:4,7 FH:9,2 SZH:37,6 CK:0,6 SO:2,0	EN:252 ZS:7,3 TZS:2,5 FH:5,8 SZH:38,8 CK:2,1 SO:1,6	EN:237 ZS:5,6 TZS:2,8 FH:10,5 SZH:34,5 CK:0,8 SO:1,7	EN:268 ZS:8,1 TZS:1,7 FH:10,7 SZH:36,1 CK:1,1 SO:1,3
Zöldborsóleves (1) Durumtészta levesbetét (1) Bakonyi ragu csirkehúsból (1;7) Durumtészta (1) Mandarin	Libacsontleves csigatésztával (1;3;9;12) Húsgombóc (3;12) Paradicsommártás (1;9) Főtt burgonya mártáshoz (12)	Karfiol krémleves (1;7;12) Levesgyöngy (1;3;7) Mexikói csirkemellragu (1;12) Párolt rizs	Hamis gulyásleves (1;9;12) Rácz zöldbab (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma	Kelkáposztaleves rudacskával (1;7;12) Töltött gombóc (1) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1)
EN:733 ZS:23,7 TZS:5,7 FH:31,7 SZH:94,9 CK:3,8 SO:3,8	EN:699 ZS:27,3 TZS:5,9 FH:24,7 SZH:82,9 CK:16,0 SO:4,7	EN:702 ZS:24,4 TZS:7,0 FH:27,2 SZH:92,6 CK:1,4 SO:4,0	EN:666 ZS:34,8 TZS:8,9 FH:22,2 SZH:65,7 CK:3,3 SO:3,2	EN:813 ZS:29,9 TZS:6,7 FH:19,8 SZH:110,3 CK:31,0 SO:5,9
Párizsi krém (7;10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Rágórépa	Zöldhagymás tojáskrém (3;7;10) Rozsos zsemle (1)	Natúr húskenyér Delma light margarin Magvas zsemle (1) Tv paprika	Mákos búrkifli (1;6)	Abaúj natúr joghurt 100g (7) Tejes kifli (1;7)
EN:321 ZS:14,6 TZS:5,5 FH:5,8 SZH:40,0 CK:0,6 SO:1,6	EN:221 ZS:10,0 TZS:3,8 FH:7,7 SZH:30,5 CK:0,7 SO:1,1	EN:287 ZS:12,4 TZS:4,3 FH:8,2 SZH:31,2 CK:0,6 SO:1,5	EN:232 ZS:10,1 TZS:4,3 FH:4,0 SZH:24,1 CK:11,3 SO:0,2	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			
				Füstölt-tarjás szendvicskrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)				Szezámagos vajkrém (7;11) Teljes kiőrlésű zsemle (1;6) Kápia paprika				Delma light margarin Bécsi felvágott Paradicsom Korpás zsemle (1)				Csirkemáj pástétom (7;10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldhagyma			
EN:	ZS:	TZS:	FH:	EN:257	ZS:7,7	TZS:3,1	FH:7,0	EN:279	ZS:12,3	TZS:6,7	FH:7,7	EN:274	ZS:11,7	TZS:4,3	FH:9,0	EN:266	ZS:7,6	TZS:1,7	FH:8,4
	SZH:	CK:	SO:		SZH:38,1	CK:1,0	SO:1,9		SZH:35,0	CK:2,3	SO:1,1		SZH:31,1	CK:1,2	SO:1,2		SZH:37,9	CK:0,6	SO:1,3
				Zöldségleves (9;12) Vajasgaluska (1;3;7) Rakott karfiol (7;12) Alma				Csurgatott tojásleves (1;3) Rántott csirkemell (1;3;7) Párolt rizs Káposztasaláta (10)				Zöldséges tarhonyaleves (1;9;12) Zöldborsófőzelék (1;7) Sertéspörkölt (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1)				Gulyásleves (9;12) Darásmetélt (1) Barack lekvár Alma			
EN:	ZS:	TZS:	FH:	EN:536	ZS:30,5	TZS:10,2	FH:21,8	EN:947	ZS:43,5	TZS:5,8	FH:31,8	EN:631	ZS:22,8	TZS:4,7	FH:31,0	EN:775	ZS:25,7	TZS:5,4	FH:20,2
	SZH:	CK:	SO:		SZH:41,8	CK:2,4	SO:3,3		SZH:105,5	CK:2,6	SO:3,5		SZH:70,9	CK:7,8	SO:5,0		SZH:113,0	CK:28,7	SO:4,6
				Körözött tehéntúróból (7) Fehér kenyér (1;6) Lilahagyma				Briós (1;3;6;7)				Kockasajt, sonkás (7) Magvas kifli (1;6)				Abaúj kefir (7) Tejes kifli (1;7)			
EN:	ZS:	TZS:	FH:	EN:309	ZS:8,6	TZS:4,2	FH:12,8	EN:164	ZS:4,3	TZS:1,5	FH:4,4	EN:183	ZS:4,4	TZS:1,7	FH:6,3	EN:170	ZS:3,9	TZS:2,2	FH:6,5
	SZH:	CK:	SO:		SZH:43,1	CK:1,8	SO:1,4		SZH:28,4	CK:4,7	SO:0,3		SZH:28,3	CK:1,7	SO:0,5		SZH:26,8	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
Sertéspárizsi (6) Vizes zsemle (1) Liga margarin	Alma - áfonya lekvár Fehér kenyér (1;6)	Ízes sonka Delma multivitaminos margarin Szezámagos zsemle (1;11)	Zöldfűszeres vajkrém (7) Rozsos kenyér (1;5;8;11) Zöldhagyma	Soproni felvágott Liga margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka
EN:220 ZS:9,7 TZS:3,4 FH:8,1 SZH:31,5 CK:1,1 SO:0,7	EN:260 ZS:0,7 TZS:0,0 FH:6,9 SZH:53,9 CK:16,2 SO:1,2	EN:299 ZS:7,9 TZS:2,0 FH:8,6 SZH:28,2 CK:1,1 SO:1,2	EN:301 ZS:12,9 TZS:7,2 FH:7,6 SZH:31,9 CK:3,4 SO:0,6	EN:227 ZS:5,7 TZS:1,1 FH:4,4 SZH:37,6 CK:0,6 SO:1,3
Köménymagos rántottleves (1) Pirított zsemlekocka (1) Édes-savanyú csirkemell (1;6;10) Párolt rizs	Zöldségleves (9;12) Fejtett babfőzelék (1;7;12) Sült rudacska Teljes kiőrlésű kenyér (1) Alma	Paradicsomleves (1;9;12) Gyros-os csirke Főtt burgonya (12) Saláta friss	Lebbencsleves (1;9;12) Lencsefőzelék (1;7;10;12) Vagdalt pogácsa (1;3;6;8;11;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Legényfogó leves (1;7;9;12) Káposztás kocka (1) Mandarin
EN:644 ZS:19,8 TZS:2,6 FH:22,2 SZH:93,7 CK:6,9 SO:3,0	EN:733 ZS:29,3 TZS:8,2 FH:25,7 SZH:83,8 CK:9,2 SO:4,4	EN:670 ZS:24,9 TZS:5,3 FH:24,4 SZH:79,9 CK:18,6 SO:4,9	EN:1152 ZS:55,9 TZS:10,6 FH:41,2 SZH:108,6 CK:4,6 SO:3,5	EN:598 ZS:22,5 TZS:4,3 FH:24,5 SZH:71,2 CK:2,9 SO:4,3
Sajtkrém tökmagos (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika	Párizsi krém (7;10) Magvas zsemle (1) Paradicsom	Túrókrém pritaminpaprikás (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Kockasajt, light (7) Korpás kifli (1;7)	Abaúj barackos joghurt 100g (7) Tejes kifli (1;7)
EN:353 ZS:17,5 TZS:7,6 FH:8,8 SZH:38,4 CK:0,6 SO:1,4	EN:280 ZS:13,1 TZS:5,4 FH:6,7 SZH:29,9 CK:0,6 SO:1,1	EN:298 ZS:12,7 TZS:5,1 FH:6,3 SZH:38,0 CK:0,8 SO:1,2	EN:169 ZS:2,7 TZS:0,9 FH:7,1 SZH:28,2 CK:1,9 SO:0,2	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 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Sertéspárizsi (6) Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Fahéjas kifli (1;3;7)	Főtt rudacska Mustár (10) Búzakorpás diákrúd (1;7)	Tejfölös túró (7) Korpás zsemle (1)	Toust szelet Ráma csészés (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)
EN:288 ZS:14,5 TZS:4,3 FH:7,5 SZH:37,7 CK:0,7 SO:1,8	EN:268 ZS:5,9 TZS:0,1 FH:7,7 SZH:47,5 CK:9,3 SO:0,8	EN:326 ZS:17,3 TZS:4,7 FH:13,2 SZH:28,2 CK:1,7 SO:2,2	EN:200 ZS:3,6 TZS:1,8 FH:8,8 SZH:30,5 CK:2,0 SO:1,5	EN:291 ZS:11,2 TZS:3,0 FH:6,2 SZH:39,0 CK:0,7 SO:1,8
Kertészleves gazdagon (1;9;12) Bolognai spagetti (1;12) Sajtszórat (7) Alma	Daragaluskaleves (1;3;9;12) Kelkáposzta főzelék (1;12) Vajas csirkemell csíkok (7) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1)	Gyümölcsleves (1;7) Bácskai tarhonyáshús (1;12) Csemegeuborka diab (10) *	Árpagyöngyleves (1;8;9;12) Paprikásburgonya kolbásszal (1;6;12) Cékla saláta diab (10) * Fehér kenyér (1;6)	Fehérbaleves f.hússal (1;9;12) Tejbedara (1;7) Kakaósórat Alma
EN:669 ZS:25,7 TZS:9,1 FH:27,3 SZH:81,2 CK:4,1 SO:2,9	EN:509 ZS:15,5 TZS:3,4 FH:30,7 SZH:58,0 CK:0,4 SO:4,7	EN:651 ZS:23,3 TZS:4,9 FH:25,5 SZH:81,7 CK:26,3 SO:4,0	EN:724 ZS:35,5 TZS:8,6 FH:22,3 SZH:75,5 CK:0,6 SO:4,9	EN:775 ZS:21,2 TZS:9,2 FH:29,1 SZH:110,4 CK:44,4 SO:3,2
Tökmagos vajkrém (7) Vizes zsemle (1)	Margarin (7) Olasz felvágott Burgonyás kenyér (1;6;12) Tv paprika	Teljes kiőrlésű kenyér (1) Margarin (7) Paradicsom	Aro sertéslöncs (1;6;7;10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka Liga margarin	Abaúj natúr joghurt 100g (7) Tejes kifli (1;7)
EN:265 ZS:11,8 TZS:6,8 FH:6,0 SZH:33,1 CK:1,6 SO:0,3	EN:316 ZS:14,9 TZS:4,9 FH:9,2 SZH:34,6 CK:0,7 SO:1,6	EN:267 ZS:9,9 TZS:2,4 FH:4,3 SZH:37,9 CK:0,6 SO:1,2	EN:315 ZS:13,5 TZS:3,9 FH:8,0 SZH:38,2 CK:0,6 SO:2,1	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.