

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Gyümölcsös tea Kárpáti szalámi Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:255 ZS:10,6 TZS:3,6 FH:5,6 SZH:32,7 CK:6,5 SO:1,3	Karamellás tej (7) Soproni felvágott Fehér kenyér (1;6) Paradicsom Liga margarin EN:311 ZS:7,9 TZS:3,2 FH:10,4 SZH:46,7 CK:20,3 SO:1,4	Mézes tea Mixxel szórt pogácsa (1;3;6;7) EN:238 ZS:14,8 TZS:3,0 FH:6,0 SZH:28,2 CK:6,2 SO:0,6	Tej 1,5% (7) Zalafelvágott krém (7) Császárszemle (1;6) Kígyóuborka EN:291 ZS:12,2 TZS:5,1 FH:9,1 SZH:34,6 CK:5,2 SO:0,9	Gyümölcsös tea Sertésmájás (6;7) Rozsos kenyér (1;5;8;11) Zöldhagyma EN:211 ZS:6,5 TZS:0,3 FH:6,4 SZH:28,0 CK:8,0 SO:0,6
Tejfőlős zöldbableves (1;7;12) Ízes pulykatokány (12) Párolt rizs Csemege uborka (10) EN:538 ZS:19,0 TZS:4,7 FH:22,9 SZH:70,3 CK:1,7 SO:3,5	Zelleres burgonyaleves (1;9;12) Székelykáposzta (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - félada (1) Alma EN:499 ZS:21,1 TZS:5,7 FH:19,6 SZH:54,1 CK:0,8 SO:4,0	Brokkoli krémleves (1;7;12) Levesgyöngy (1;3;7) Rántott halfilé (1;3;4) Petrezselymes burgonya (7;12) Mongol saláta diab (10) * EN:718 ZS:37,6 TZS:8,3 FH:23,5 SZH:65,8 CK:2,6 SO:4,2	Csontleves (1;9;12) Burgonyafőzelék (1;7;12) Sertéspörkölt (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér - félada (1) EN:507 ZS:19,7 TZS:4,4 FH:20,6 SZH:56,6 CK:1,5 SO:3,0	Kolbászos bableves (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér - félada (1) Sajtos-tejfőlős spagetti (1;7) Mandarin EN:716 ZS:26,8 TZS:9,2 FH:21,2 SZH:93,5 CK:3,7 SO:3,1
Liga margarin Tv paprika Korpás zsemle (1) EN:179 ZS:2,9 TZS:0,6 FH:5,5 SZH:30,5 CK:1,1 SO:0,7	Teljeskiőrlésű kifli (1;6) Kockasajt, sonkás (7) EN:160 ZS:3,5 TZS:1,8 FH:6,6 SZH:26,4 CK:1,3 SO:0,8	Vizes zsemle (1) Delma joghurtos margarin (7) Szendvicssonka (7) Hónapos retek EN:219 ZS:5,6 TZS:1,0 FH:8,1 SZH:33,3 CK:1,9 SO:0,4	Fehér kenyér (1;6) Túrókrém ananászos (7) EN:188 ZS:3,3 TZS:1,7 FH:8,3 SZH:30,1 CK:4,7 SO:0,9	Epres joghurt (7) Korpás kifli (1;7) 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
Tejeskávé (1;7) Vajkrém, magyaros (7) Rozsos zsemle (1) Hónapos retek	Citromos tea Csemege turista szalámi Liga margarin Kígyóuborka Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Tej 1,5% (7) Szezámagos sajtkrém (7;11) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Mézes tea Túrókrém zöldhagymás (7) Burgonyás kenyér (1;6;12)	Gyümölcsös tea Csirkemell sonka Delma multivitaminos margarin Korpás zsemle (1) Lilahagyma
EN:357 ZS:9,1 TZS:5,8 FH:8,6 SZH:64,2 CK:31,7 SO:1,0	EN:255 ZS:10,1 TZS:3,1 FH:6,3 SZH:33,0 CK:6,5 SO:1,4	EN:232 ZS:6,9 TZS:2,9 FH:7,1 SZH:32,4 CK:6,1 SO:1,2	EN:216 ZS:4,5 TZS:2,3 FH:8,4 SZH:34,3 CK:6,2 SO:1,3	EN:261 ZS:5,7 TZS:1,1 FH:9,0 SZH:41,2 CK:7,1 SO:1,1
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:589 ZS:19,3 TZS:4,5 FH:25,0 SZH:75,9 CK:2,9 SO:3,2	EN:575 ZS:21,7 TZS:4,8 FH:20,4 SZH:69,9 CK:13,7 SO:3,9	EN:575 ZS:19,6 TZS:5,7 FH:22,5 SZH:76,5 CK:1,2 SO:3,2	EN:564 ZS:29,8 TZS:7,6 FH:18,7 SZH:55,2 CK:2,8 SO:2,6	EN:672 ZS:25,4 TZS:5,7 FH:16,7 SZH:89,2 CK:23,7 SO:5,0
Teljes kiőrlésű kenyér (1) Párizsi krém (7;10) 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:245 ZS:12,1 TZS:4,7 FH:4,3 SZH:28,5 CK:0,4 SO:1,2	EN:195 ZS:7,7 TZS:3,0 FH:6,9 SZH:30,5 CK:0,7 SO:1,0	EN:248 ZS:8,6 TZS:2,9 FH:7,3 SZH:30,7 CK:0,5 SO:1,2	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
	Tejeskávé (1;7) Füstölt-tarjás szendvicsskrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Mézes tea Szezámagos vajkrém (7;11) Teljes kiőrlésű zsemle (1;6) Kápi paprika	Tej 1,5% (7) Bécsi felvágott Delma light margarin Korpás zsemle (1) Paradicsom	Gyümölcsös tea Csirkemáj pástétom (7;10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldhagyma
EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:352 ZS:7,8 TZS:3,6 FH:8,5 SZH:58,2 CK:30,4 SO:1,5	EN:261 ZS:8,5 TZS:4,4 FH:7,2 SZH:39,5 CK:7,3 SO:1,0	EN:286 ZS:9,6 TZS:3,9 FH:10,7 SZH:35,5 CK:5,8 SO:1,1	EN:225 ZS:6,2 TZS:1,4 FH:6,6 SZH:33,3 CK:6,5 SO:1,0
	Zöldségleves (9;12) Vajasgaluska (1;3;7) Lencsefőzelék (1;7;10;12) Sült rudacska Alma	Csurgatott tojásleves (1;3) Tejszínes-kukoricás csirkeragu (1;7;12) Párolt rizs	Zöldséges tarhonyaleves (1;9;12) Zöldborsófőzelék (1;7) Vagdalt pogácsa (1;3;6;8;11;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1)	Gulyásleves (9;12) Darásmetélt (1) Barack lekvár Alma
EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:612 ZS:28,5 TZS:8,4 FH:25,4 SZH:58,5 CK:4,0 SO:2,9	EN:584 ZS:22,3 TZS:4,2 FH:21,2 SZH:71,4 CK:2,5 SO:2,4	EN:699 ZS:40,2 TZS:7,6 FH:23,8 SZH:56,9 CK:6,6 SO:3,2	EN:624 ZS:21,6 TZS:4,6 FH:16,7 SZH:88,6 CK:21,5 SO:3,7
	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: SZH: CK: SO:	EN:239 ZS:7,3 TZS:3,6 FH:10,0 SZH:31,8 CK:1,5 SO:1,0	EN:164 ZS:4,3 TZS:1,5 FH:4,4 SZH:28,4 CK:4,7 SO:0,3	EN:183 ZS:4,4 TZS:1,7 FH:6,3 SZH:28,3 CK:1,7 SO:0,5	EN:170 ZS:3,9 TZS:2,2 FH:6,5 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
Mézes tea Sertéspárizsi (6) Vizes zsemle (1) Liga margarin EN:220 ZS:6,7 TZS:2,3 FH:7,0 SZH:37,0 CK:6,5 SO:0,5	Tej 1,5% (7) Alma - áfonya lekvár Fehér kenyér (1;6) EN:219 ZS:2,0 TZS:1,0 FH:7,8 SZH:39,3 CK:12,8 SO:0,9	Citromos tea Ízes sonka Delma multivitaminos margarin Szezámagos zsemle (1;11) EN:286 ZS:5,7 TZS:1,4 FH:7,8 SZH:34,2 CK:7,1 SO:1,1	Gyümölcsös tea Zöldfűszeres vajkrém (7) Rozsos kenyér (1;5;8;11) Zöldhagyma EN:236 ZS:8,7 TZS:4,8 FH:5,4 SZH:28,8 CK:8,5 SO:0,4	Kakaó (7) Soproni felvágott Liga margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóborka EN:252 ZS:6,3 TZS:2,3 FH:7,1 SZH:38,0 CK:11,1 SO:1,0
Köménymagos rántottleves (1) Pirított zsemlekocka (1) Édes-savanyú csirkemell (1;6;10) Párolt rizs EN:532 ZS:15,5 TZS:2,0 FH:18,9 SZH:78,7 CK:5,9 SO:2,4	Zöldségleves (9;12) Fejtett babfőzelék (1;7;12) Sült rudacska Teljes kiőrlésű kenyér (1) Alma EN:625 ZS:26,8 TZS:7,6 FH:22,4 SZH:67,4 CK:7,6 SO:3,7	Paradicsomleves (1;9;12) Magyaros csirkemáj (1) Főtt burgonya (12) EN:448 ZS:12,8 TZS:2,1 FH:18,1 SZH:60,0 CK:13,6 SO:2,7	Lebbencsleves (1;9;12) Lencsefőzelék (1;7;10;12) Sertéspörkölt (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:689 ZS:23,6 TZS:4,7 FH:32,6 SZH:77,7 CK:3,2 SO:3,7	Legényfogó leves (1;7;9;12) Káposztás kocka (1) Mandarin EN:505 ZS:18,7 TZS:3,5 FH:20,4 SZH:61,2 CK:2,4 SO:3,6
Sajtkrém tökmagos (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika EN:259 ZS:13,0 TZS:5,7 FH:6,5 SZH:27,7 CK:0,4 SO:1,0	Párizsi krém (7;10) Magvas zsemle (1) Paradicsom EN:264 ZS:11,4 TZS:4,7 FH:6,5 SZH:29,9 CK:0,6 SO:1,0	Túrókrém pritaminpaprikás (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:228 ZS:10,6 TZS:4,3 FH:4,8 SZH:27,3 CK:0,6 SO:0,9	Kockasajt, light (7) Korpás kifli (1;7) EN:169 ZS:2,7 TZS:0,9 FH:7,1 SZH:28,2 CK:1,9 SO:0,2	Abaúj barackos joghurt 100g (7) Tejes kifli (1;7) 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
Mézes tea Sertéspárizsi (6) Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:223 ZS:9,8 TZS:2,8 FH:5,2 SZH:32,5 CK:6,0 SO:1,3	Tej 1,5% (7) Fahéjas kifli (1;3;7) EN:318 ZS:7,4 TZS:1,1 FH:10,6 SZH:52,1 CK:13,9 SO:0,9	Citromos tea Főtt rudacska Mustár (10) Búzakorpás diákrúd (1;7) EN:343 ZS:16,9 TZS:4,7 FH:12,8 SZH:33,7 CK:7,5 SO:2,0	Limonádé Tejfölös túró (7) Korpás zsemle (1) EN:239 ZS:3,3 TZS:1,6 FH:8,4 SZH:40,8 CK:12,0 SO:1,4	Toust szelet Ráma csészés (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Gyümölcsös tea EN:233 ZS:7,8 TZS:2,1 FH:4,6 SZH:34,1 CK:6,6 SO:1,3
Kertészleves gazdagon (1;9;12) Bolognai spagetti (1;12) Sajtszórat (7) Alma EN:492 ZS:18,4 TZS:6,6 FH:19,1 SZH:62,1 CK:2,9 SO:2,5	Daragaluskaleves (1;3;9;12) Kelkáposzta főzelék (1;12) Vajas csirkemell csíkok (7) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) EN:384 ZS:11,1 TZS:2,5 FH:23,7 SZH:44,4 CK:0,3 SO:3,5	Gyümölcsleves (1;7) Rántott csirkemell (1;3;7) Petrezselymes rizs Csemegeuborka diab (10) * EN:812 ZS:31,5 TZS:4,8 FH:25,1 SZH:104,9 CK:19,2 SO:3,7	Árpagyöngyleves (1;8;9;12) Paprikásburgonya kolbásszal (1;6;12) Cékla saláta diab (10) * Fehér kenyér (1;6) EN:606 ZS:30,4 TZS:7,4 FH:18,5 SZH:61,5 CK:0,5 SO:4,0	Fehérbaleves f.hússal (1;9;12) Tejbedara (1;7) Kakaósórat Alma EN:600 ZS:16,1 TZS:7,0 FH:21,9 SZH:86,8 CK:35,0 SO:2,4
Tökmagos vajkrém (7) Vizes zsemle (1) EN:237 ZS:9,0 TZS:5,1 FH:5,7 SZH:32,6 CK:1,5 SO:0,2	Burgonyás kenyér (1;6;12) Margarin (7) Olasz felvágott Tv paprika EN:241 ZS:10,2 TZS:3,3 FH:7,1 SZH:28,9 CK:0,5 SO:1,2	Ráma csészés (7) Paradicsom Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:189 ZS:6,7 TZS:1,6 FH:3,1 SZH:27,3 CK:0,4 SO:0,9	Aro sertéslöncs (1;6;7;10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka Liga margarin EN:219 ZS:9,1 TZS:2,6 FH:5,5 SZH:27,2 CK:0,5 SO:1,4	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.