

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Lapka sajt (7) Margarin Vizes zsemle (1)	Tömlős sajtkrém, natúr (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Lilahagyma	Piknik szelet (10) Liga margarin Félbarna kenyér (1) Hónapos retek	Briós (1;3;6;7)	Vajkrém, magyaros (7) Fehér kenyér (1;6) Rágórépa
EN:226 ZS:6,5 TZS:2,8 FH:8,4 SZH:32,5 CK:2,4 SO:0,6	EN:246 ZS:3,5 TZS:0,5 FH:5,5 SZH:45,9 CK:0,8 SO:1,3	EN:275 ZS:7,7 TZS:2,2 FH:9,7 SZH:40,7 CK:3,0 SO:0,7	EN:164 ZS:4,3 TZS:1,5 FH:4,4 SZH:28,4 CK:4,7 SO:0,3	EN:300 ZS:11,3 TZS:6,8 FH:8,0 SZH:40,2 CK:1,3 SO:1,5
Csontleves (1;9;12) Vadas tokány pulykahúsból (1;7;10;12) Durumtészta (1)	Zöldségleves (9;12) Húsgombóc (3;12) Paradicsommártás (1;9) Főtt burgonya mártáshoz (12) Alma	Karfiolleves tejfölös (1;7) Rántott csirkemell (1;3;7) Párolt rizs Káposztasaláta	Lebbencsleves (1;9;12) Zöldbabfőzelék (1;7;12) Sültkolbász Teljes kiőrlésű kenyér (1) Alma	Legényfogó leves (1;7;9;12) Szilvalekváros nudli (1;3;7;12)
EN:595 ZS:18,6 TZS:4,6 FH:29,8 SZH:75,7 CK:5,7 SO:2,6	EN:571 ZS:13,6 TZS:4,0 FH:19,1 SZH:89,1 CK:17,8 SO:4,7	EN:1002 ZS:44,7 TZS:7,5 FH:31,4 SZH:116,2 CK:7,4 SO:3,8	EN:780 ZS:36,3 TZS:13,0 FH:17,4 SZH:91,0 CK:3,4 SO:4,1	EN:629 ZS:13,6 TZS:4,7 FH:24,7 SZH:97,9 CK:23,2 SO:3,2
Baromfipárizsi Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Vajas méz (7) Császárszemle (1;6)	Füstölt-tarjás szendvicsskrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Szendvicssonka (7) Delma light margarin Vizes zsemle (1) Tv paprika	Abaúj natúr joghurt 100g (7) Teljeskiőrlésű kifli (1;6)
EN:302 ZS:10,3 TZS:2,6 FH:7,4 SZH:42,8 CK:0,9 SO:1,9	EN:282 ZS:11,5 TZS:4,6 FH:4,7 SZH:41,0 CK:12,1 SO:0,6	EN:285 ZS:8,1 TZS:3,1 FH:7,6 SZH:43,4 CK:1,1 SO:2,1	EN:220 ZS:5,2 TZS:0,9 FH:9,6 SZH:32,6 CK:0,9 SO:0,7	EN:181 ZS:3,8 TZS:2,0 FH:8,1 SZH:29,3 CK:4,4 SO:0,6

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
Fokhagymás szelet Delma light margarin Magvas zsemle (1)	Dejós búrkifli (1;6;8)	Szendvicskrém vegyesfelvágottból (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Csirkemellsonka Delma light margarin Kígyóborka Teljes kiőrlésű zsemle (1;6)	Pástétom, libamájás (1;6) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek
EN:255 ZS:9,9 TZS:3,7 FH:8,2 SZH:29,0 CK:0,5 SO:1,4	EN:237 ZS:10,8 TZS:4,2 FH:3,8 SZH:24,4 CK:10,7 SO:0,2	EN:352 ZS:15,0 TZS:5,7 FH:6,4 SZH:42,7 CK:0,7 SO:1,7	EN:212 ZS:5,2 TZS:1,3 FH:10,0 SZH:32,2 CK:0,8 SO:1,4	EN:231 ZS:3,3 TZS:0,3 FH:5,2 SZH:43,1 CK:0,7 SO:1,4
Zöldséges tarhonyaleves (1;9;12) Hentestokány sertéshúsból (1;10) Durumtészta (1)	Zöldségleves (9;12) Zöldborsófőzelék (1;7) Sült rudacska Teljes kiőrlésű kenyér (1) Alma	Gyümölcsleves (1;7) Grill csirkecombfilé Petrezselymes burgonya (7;12) Mongol saláta diab (10) *	Kertészleves gazdagon (1;9;12) Rakott karfiol (7;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Alma	Lencsegulyás (9;12) Darásmetélt (1) Barack lekvár
EN:720 ZS:31,3 TZS:7,5 FH:29,1 SZH:78,2 CK:3,9 SO:5,9	EN:691 ZS:23,9 TZS:6,3 FH:24,9 SZH:90,6 CK:9,6 SO:4,5	EN:497 ZS:11,3 TZS:3,8 FH:22,2 SZH:69,5 CK:24,2 SO:5,1	EN:687 ZS:28,5 TZS:8,6 FH:25,2 SZH:78,7 CK:1,7 SO:3,6	EN:829 ZS:24,8 TZS:5,3 FH:30,5 SZH:115,1 CK:28,7 SO:4,6
Trappista sajt (7) Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom	Májusi csemege (6) Ráma csészés (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Alma - áfonya lekvár Vizes zsemle (1)	Zöldfűszeres sajtkrém (7) Tejes kifli (1;7)	Gyümölcsjoghurt (7) Tejes kifli (1;7)
EN:350 ZS:12,9 TZS:5,7 FH:12,7 SZH:43,2 CK:0,6 SO:2,0	EN:348 ZS:15,2 TZS:4,9 FH:7,4 SZH:42,8 CK:0,8 SO:2,0	EN:204 ZS:0,7 TZS:0,0 FH:4,8 SZH:43,0 CK:11,3 SO:0,0	EN:221 ZS:11,3 TZS:6,0 FH:5,8 SZH:23,6 CK:1,7 SO:0,7	EN:193 ZS:2,9 TZS:1,7 FH:7,8 SZH:33,4 CK:11,3 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 - Rákkfélek; 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.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Sertéspárizsi Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Briós (1;3;6;7)	Tepertőkrém (7;10) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Póros tojáskrém (3;7;10) Vizes zsemle (1)	Toust szelet Ráma csészés (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Lilahagyma
EN:334 ZS:13,9 TZS:3,8 FH:7,3 SZH:43,1 CK:0,7 SO:1,9	EN:164 ZS:4,3 TZS:1,5 FH:4,4 SZH:28,4 CK:4,7 SO:0,3	EN:585 ZS:41,9 TZS:16,3 FH:7,8 SZH:42,4 CK:0,7 SO:1,8	EN:246 ZS:9,9 TZS:3,5 FH:7,3 SZH:31,0 CK:1,0 SO:0,3	EN:347 ZS:11,6 TZS:3,1 FH:7,6 SZH:50,1 CK:0,8 SO:2,0
Zöldségkrémleves (1;12) Levesgyöngy (1;3;7) Pásztortarhonya (1;6;12) Mongol saláta diab (10) *	Magyaros burgonyaleves (1;9;12) Sólet (1;3;8) Fehér kenyér (1;6) Alma	Paradicsomleves (1;9;12) Rántott halfilé (1;3;4) Zöldséges rizs	Csontleves (1;9;12) Paprikásburgonya kolbásszal (1;6;12) Csemegeuborka diab (10) * Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Tárkonyos csirkeragu leves (1;7;9;12) Túrós csusza (1;7)
EN:668 ZS:28,5 TZS:8,5 FH:22,2 SZH:61,3 CK:1,8 SO:4,3	EN:714 ZS:14,1 TZS:1,9 FH:25,8 SZH:116,7 CK:0,8 SO:3,8	EN:959 ZS:38,5 TZS:5,0 FH:28,3 SZH:122,4 CK:20,5 SO:4,3	EN:749 ZS:33,0 TZS:7,3 FH:21,3 SZH:86,6 CK:1,2 SO:4,9	EN:727 ZS:42,3 TZS:15,6 FH:28,6 SZH:54,8 CK:5,8 SO:2,3
Abaúj natúr sajtkrém (7) Vizes zsemle (1) Tv paprika	Ráma csészés (7) Olasz felvágott Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Teljes kiőrlésű kenyér (1) Ráma csészés (7) Zöldhagyma	Löncshús Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom Liga margarin	Abaúj natúr joghurt 100g (7) Tejes kifli (1;7)
EN:207 ZS:3,1 TZS:1,6 FH:8,2 SZH:35,2 CK:3,6 SO:0,5	EN:361 ZS:16,2 TZS:4,7 FH:8,3 SZH:43,0 CK:0,7 SO:2,0	EN:294 ZS:10,2 TZS:2,4 FH:4,9 SZH:42,5 CK:0,6 SO:1,4	EN:310 ZS:10,2 TZS:2,8 FH:8,5 SZH:43,6 CK:0,9 SO:2,2	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, szulfitek; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Csirkemellsonka Liga margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Fahéjas csiga (1;6)	Körözött tehéntúróból (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldhagyma	Delma light margarin Magvas zsemle (1) Kígyóborka	Szendvicskrém vegyesfelvágottból (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom
EN:278 ZS:7,1 TZS:1,4 FH:8,4 SZH:42,9 CK:0,7 SO:2,0	EN:210 ZS:8,5 TZS:4,0 FH:3,5 SZH:28,6 CK:7,9 SO:0,2	EN:326 ZS:10,9 TZS:4,3 FH:10,0 SZH:43,9 CK:1,8 SO:1,5	EN:194 ZS:4,2 TZS:1,0 FH:5,5 SZH:29,3 CK:0,5 SO:0,8	EN:357 ZS:15,0 TZS:5,7 FH:6,6 SZH:43,5 CK:0,7 SO:1,7
Zöldborsóleves (1;12) Csirkepaprikás (1;7;12) Durumtészta (1)	Reszelttészta leves (1;9;12) Kelkáposzta főzelék (1;12) Sertéspörkölt (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Karfiolleves tejfölös (1;7) Mustáros csirkecomb csíkok (10) Zöldséges kuszkusz (1;7)	Köménymagos rántottleves (1) Levesgyöngy (1;3;7) Rakottburgonya kolbásszal (1;3;7;12) Csemegeuborka diab (10) * Alma	Gulyásleves (9;12) Magvas kenyér (1;6) Tejbedara (1;7) Kakaósórat
EN:693 ZS:34,0 TZS:8,7 FH:23,9 SZH:70,6 CK:3,7 SO:2,9	EN:720 ZS:29,8 TZS:4,0 FH:29,7 SZH:78,6 CK:1,1 SO:5,2	EN:553 ZS:24,8 TZS:7,5 FH:29,1 SZH:51,1 CK:2,2 SO:3,0	EN:831 ZS:50,1 TZS:18,2 FH:18,9 SZH:70,6 CK:2,8 SO:4,6	EN:840 ZS:25,6 TZS:9,4 FH:28,7 SZH:115,6 CK:42,8 SO:3,5
Kockasajt, light (7) Tejes kifli (1;7) Tv paprika	Abaúj natúr sajtkrém (7) Hónapos retek Vizes zsemle (1)	Málna-alma lekvár Fehér kenyér (1;6)	Zala felvágott Liga margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Abaúj natúr joghurt 100g (7) Tejes kifli (1;7)
EN:146 ZS:2,1 TZS:1,3 FH:6,2 SZH:24,8 CK:1,8 SO:0,5	EN:217 ZS:3,2 TZS:1,6 FH:8,6 SZH:37,7 CK:5,5 SO:0,5	EN:259 ZS:0,7 TZS:0,0 FH:6,9 SZH:54,2 CK:18,6 SO:1,2	EN:323 ZS:12,0 TZS:3,5 FH:8,6 SZH:43,0 CK:0,8 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 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszeret tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Vajkrém, magyaros (7) Barna kenyér (1;6)	Briós (1;3;6;7)	Kockasajt, light (7) Tejes kifli (1;7) Jégcsapretek	Pástétom, csirkemájas (1;6) Delma multivitaminos margarin Magvas zsemle (1)	Zöldfűszeres halpástétom (4) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom
EN:311 ZS:11,5 TZS:6,9 FH:7,7 SZH:35,0 CK:1,4 SO:1,5	EN:164 ZS:4,3 TZS:1,5 FH:4,4 SZH:28,4 CK:4,7 SO:0,3	EN:144 ZS:2,1 TZS:1,3 FH:6,3 SZH:24,4 CK:1,8 SO:0,5	EN:218 ZS:7,1 TZS:1,8 FH:5,4 SZH:29,0 CK:0,5 SO:0,8	EN:267 ZS:6,5 TZS:0,6 FH:5,9 SZH:43,9 CK:0,7 SO:1,5
Csurgatott tojásleves (1;3) Zöldborsós fokhagymás aprópecsenye (12) Főtt burgonya (12) Uborkasaláta	Kertészleves gazdagon (1;9;12) Paradicsomos káposzta (1) Ripp-Ropp natúr vagdalt (1;3;6) Fehér kenyér (1;6)	Gyümölcsleves (1;7) Magyaros csirkemáj (1) Párolt rizs Káposztasaláta (10)	Magyaros burgonyaleves (1;9;12) Rácz zöldbab (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Alma	Kelkáposztaleves rudacskával (1;7;12) Mákoskása (1)
EN:544 ZS:21,5 TZS:4,7 FH:24,3 SZH:57,3 CK:6,0 SO:4,6	EN:672 ZS:18,2 TZS:2,5 FH:22,5 SZH:101,2 CK:16,8 SO:3,9	EN:739 ZS:21,2 TZS:4,5 FH:25,8 SZH:108,7 CK:25,3 SO:2,9	EN:782 ZS:35,6 TZS:8,9 FH:24,6 SZH:88,8 CK:3,5 SO:3,8	EN:608 ZS:27,2 TZS:6,8 FH:17,9 SZH:71,0 CK:3,3 SO:6,0
Májusi csemege (6) Liga margarin Vizes zsemle (1) Tv paprika	Vajkrém, zöldfűszeres (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Csirkemellsonka Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika	Margarinos pogácsa (1;6;7)	Abaúj kefir (7) Tejes kifli (1;7)
EN:244 ZS:8,7 TZS:3,4 FH:7,8 SZH:32,3 CK:1,1 SO:0,7	EN:328 ZS:13,5 TZS:7,0 FH:5,4 SZH:44,2 CK:1,3 SO:1,6	EN:310 ZS:10,0 TZS:2,2 FH:8,8 SZH:43,9 CK:0,7 SO:1,9	EN:216 ZS:13,1 TZS:1,2 FH:4,6 SZH:27,8 CK:3,3 SO:0,6	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.