

Reggeli

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Forralt tej (7) Toust szelet Delma multivitaminos margarin Korpás kenyér (1;6) EN:216 ZS:8,0 TZS:3,5 FH:8,7 SZH:25,8 CK:0,5 SO:1,1	Karamell-b (7) Foszlós kalács (1;3;6;7;8;11;13) Liga margarin EN:218 ZS:7,8 TZS:3,8 FH:6,6 SZH:26,3 CK:8,9 SO:0,3	Forralt tej (7) Delma multivitaminos margarin Szendvicssonka Vizes zsemle (1) EN:265 ZS:8,2 TZS:3,5 FH:10,4 SZH:36,6 CK:1,2 SO:0,4	Gyümölcsös ivójoghurt (7) Liga margarin Tejes kifli (1;7) EN:217 ZS:4,9 TZS:2,2 FH:6,0 SZH:34,0 CK:12,1 SO:0,5	Forralt tej (7) Delma multivitaminos margarin Főtt tojás (3) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:246 ZS:11,1 TZS:4,1 FH:9,1 SZH:26,2 CK:0,3 SO:0,7
Alma - b	Almalé 100% Aro	Kiwi - b	Banán - b	Limonádé
EN:24 ZS:0,3 TZS: FH:0,3 SZH:4,9 CK: SO:	EN:47 ZS: TZS: FH: SZH:11,4 CK:11,4 SO:0,0	EN:36 ZS: TZS: FH:0,7 SZH:7,9 CK: SO:	EN:74 ZS: TZS: FH:0,9 SZH:16,9 CK: SO:	EN:29 ZS: TZS: FH:0,1 SZH:5,7 CK:5,2 SO:
Csirkehúsos zöldséges rakott burgonya -b (1;3;7;12)	Zöldborsófőzelék -b (1;7) 100 %-os halrúd (1;4)	Vegyes gyümölcsleves-b (1;7) Húsos kiskagyló tészta -b (1)	Rakott zöldbab -b (1;3;7;12) Cékla saláta (10) *	Paradicsomos káposztafőzelék -b (1) Sertés húspogácsa -b (1;3) Alma - b
EN:407 ZS:13,9 TZS:6,4 FH:19,0 SZH:46,8 CK:0,1 SO:0,6	EN:350 ZS:12,8 TZS:2,7 FH:15,0 SZH:43,3 CK:5,0 SO:0,3	EN:459 ZS:12,6 TZS:3,8 FH:16,7 SZH:68,6 CK:17,8 SO:0,8	EN:480 ZS:16,9 TZS:6,9 FH:22,0 SZH:62,1 CK:5,3 SO:1,2	EN:284 ZS:5,1 TZS:1,2 FH:14,7 SZH:42,6 CK:12,2 SO:0,7
Csipkebogyó tea Lapka sajt (7) Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika	Gyümölcstea - b Párizsikrém baromfi - b Kígyóborka Burgonyás kenyér (1;6;12)	Csipkebogyó tea Teljes kiőrlésű kenyér (1) Sajtkrém (házi) -b (7) Jégcsapretek	Gyümölcstea - b Halkrém házi-b (4;6) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom	Csipkebogyó tea Tavaszi felvágott-b Liga margarin Kígyóborka Félbarna kenyér (1)
EN:180 ZS:5,8 TZS:1,4 FH:3,1 SZH:27,5 CK:5,6 SO:0,8	EN:209 ZS:8,2 TZS:3,0 FH:5,2 SZH:27,7 CK:5,4 SO:0,9	EN:190 ZS:6,3 TZS:2,5 FH:5,1 SZH:26,8 CK:5,4 SO:0,9	EN:224 ZS:10,0 TZS:3,4 FH:5,1 SZH:27,2 CK:5,4 SO:0,8	EN:190 ZS:6,2 TZS:2,1 FH:5,8 SZH:26,7 CK:5,6 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, szulfitek; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Reggeli

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Kakaó -b (7) Delma multivitaminos margarin Fatörzs stangli (1;3;7) EN:243 ZS:9,5 TZS:5,4 FH:7,0 SZH:27,8 CK:10,7 SO:0,3	Forralt tej (7) Zala felvágott Delma multivitaminos margarin Szezámagos zsemle (1;11) EN:271 ZS:10,7 TZS:4,4 FH:9,6 SZH:33,2 CK:0,9 SO:0,9	Kefír (7) Delma multivitaminos margarin Kígyóuborka Magvas zsemle (1) EN:207 ZS:5,4 TZS:1,4 FH:5,7 SZH:29,5 CK:0,9 SO:0,7	Forralt tej (7) Barack lekvár Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:229 ZS:8,2 TZS:3,2 FH:5,6 SZH:32,0 CK:5,4 SO:0,7	Forralt tej (7) Körözött házi (7) Paradicsom Vizes zsemle (1) EN:275 ZS:8,8 TZS:4,6 FH:10,7 SZH:37,5 CK:0,9 SO:0,0
100 %-os gyümölcsle EN:45 ZS: TZS: FH: SZH:9,4 CK:9,4 SO:	Banán - b EN:74 ZS: TZS: FH:0,9 SZH:16,9 CK: SO:	Narancs - b EN:29 ZS: TZS: FH:0,4 SZH:6,0 CK: SO:	100 %-os gyümölcsle EN:46 ZS: TZS: FH: SZH:11,3 CK:10,8 SO:	Kiwi - b EN:36 ZS: TZS: FH:0,7 SZH:7,9 CK: SO:
Tepsis pulykacomb -b Majorannás burgonyafőzelék -b (1;7;12) Alma - b EN:295 ZS:11,2 TZS:3,1 FH:13,2 SZH:32,3 CK:0,0 SO:0,6	Tárkonyos csirkeragu leves (1;3;7;9) Tejberizs -b (7) Kakaósórat-b EN:475 ZS:15,7 TZS:7,8 FH:16,9 SZH:63,9 CK:25,8 SO:0,8	Sült csirkecombfilé - b Tökfőzelék -b (1;7) Burgonyapüré fél adag (7;12) EN:428 ZS:19,1 TZS:6,5 FH:17,2 SZH:43,4 CK:5,0 SO:1,0	Finomfőzelék (1;7) Sajtkocka -b (7) Alma - b EN:298 ZS:14,4 TZS:7,7 FH:14,1 SZH:26,0 CK:6,0 SO:1,2	Húsgombóc sertéshúsból b (1;3) Sóskamártás -b (1;7) Burgonyapüré fél adag (7;12) EN:465 ZS:14,6 TZS:7,1 FH:18,1 SZH:60,4 CK:12,3 SO:0,7
Gyümölcsstea - b Sonkakrém házi-b (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom EN:221 ZS:9,7 TZS:3,8 FH:4,2 SZH:27,8 CK:5,8 SO:1,0	Csipkebogyó tea Tojáskrém házi- b (3) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika EN:231 ZS:11,1 TZS:4,2 FH:4,0 SZH:27,3 CK:5,4 SO:0,7	Gyümölcsstea - b Csirkemájkrém házi -b (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:240 ZS:11,7 TZS:4,0 FH:5,1 SZH:27,0 CK:5,6 SO:0,8	Csipkebogyó tea Baromfipárizsi Liga margarin Korpás kifli (1;7) Jégcsapretek EN:214 ZS:5,6 TZS:1,2 FH:6,7 SZH:33,2 CK:6,3 SO:0,4	Gyümölcsstea - b Csirkemellsonka Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:185 ZS:6,1 TZS:1,4 FH:4,6 SZH:26,7 CK:5,4 SO:1,0

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.

Reggeli

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Koffeinmentes tejeskávé - b (1;7) Delma multivitaminos margarin Briós (1;3;6;7) EN:316 ZS:11,0 TZS:4,6 FH:17,0 SZH:40,2 CK:9,8 SO:0,4	Forralt tej (7) Zöldséges szelet Tv paprika Korpás zsemle (1) Liga margarin EN:265 ZS:7,9 TZS:3,5 FH:10,2 SZH:36,1 CK:1,2 SO:1,0	Forralt tej (7) Zöldfűszeres vajkrém (7) Kígyóuborka Vizes zsemle (1) EN:279 ZS:10,1 TZS:6,3 FH:8,8 SZH:37,5 CK:1,4 SO:0,2	Epres joghurt (7) Delma multivitaminos margarin Tejes kifli (1;7) EN:213 ZS:6,4 TZS:2,6 FH:7,0 SZH:31,4 CK:9,3 SO:0,5	Forralt tej (7) Szendvicssonka Delma multivitaminos margarin Magvas zsemle (1) Paradicsom EN:274 ZS:8,2 TZS:3,2 FH:10,9 SZH:35,0 CK:0,5 SO:0,9
100 %-os gyümölcslé	Kiwi - b	Mandarin - b	Banán - b	Narancs - b
EN:46 ZS: TZS: FH: SZH:11,3 CK:10,8 SO:	EN:36 ZS: TZS: FH:0,7 SZH:7,9 CK: SO:	EN:34 ZS: TZS: FH:0,5 SZH:7,4 CK: SO:	EN:74 ZS: TZS: FH:0,9 SZH:16,9 CK: SO:	EN:29 ZS: TZS: FH:0,4 SZH:6,0 CK: SO:
Sült csirkecombfilé - b Kelkáposzta főzelék -b (1;12) Alma - b EN:285 ZS:10,1 TZS:1,5 FH:16,5 SZH:28,9 CK:0,0 SO:0,8	Párolt csirke combfilé Burgonyapüré (7;12) Almás céklasaláta EN:335 ZS:11,8 TZS:3,7 FH:15,1 SZH:38,7 CK:5,2 SO:0,8	Gulyásleves -b (9;12) Meggyes pite-b (1;3;7) EN:343 ZS:15,1 TZS:2,6 FH:11,2 SZH:39,7 CK:17,3 SO:0,5	Rakott brokkoli csirkehússal- b (1;7;12) EN:388 ZS:12,4 TZS:4,5 FH:19,1 SZH:46,5 CK:2,2 SO:0,6	Zöldbabfőzelék -b (1;7) Sült csirkecombfilé - b EN:237 ZS:11,7 TZS:4,0 FH:14,7 SZH:19,9 CK:5,0 SO:0,6
Csipkebogyó tea Kockasajt, natúr (7) Jégcsapretek Liga margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:187 ZS:6,0 TZS:2,3 FH:3,7 SZH:28,3 CK:6,2 SO:0,9	Gyümölcstea - b Tojáskrém házi- b (3) Burgonyás kenyér (1;6;12) EN:227 ZS:10,5 TZS:4,1 FH:4,9 SZH:27,2 CK:5,4 SO:0,7	Csipkebogyó tea Sertéshúskrém házi -b Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:225 ZS:10,0 TZS:3,8 FH:5,5 SZH:26,7 CK:5,4 SO:0,7	Gyümölcstea - b Zalakrém (7) Jégcsapretek Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:205 ZS:8,3 TZS:3,1 FH:4,1 SZH:27,3 CK:5,7 SO:1,0	Csipkebogyó tea Körözött házi (7) Korpás kenyér (1;6) EN:187 ZS:5,8 TZS:2,6 FH:6,6 SZH:25,6 CK:5,5 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 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid, szulfitek; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Reggeli

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Forralt tej (7) Baromfipárizsi Delma multivitaminos margarin Burgonyás kenyér (1;6;12) Tv paprika EN:239 ZS:9,7 TZS:3,7 FH:9,0 SZH:28,2 CK:0,4 SO:1,0	Kakaó -b (7) Delma multivitaminos margarin Fahéjas kifli (1;3;7) EN:255 ZS:10,1 TZS:3,4 FH:7,7 SZH:29,1 CK:9,7 SO:0,5	Forralt tej (7) Delma multivitaminos margarin Csirkemellsonka Vizes zsemle (1) Paradicsom EN:267 ZS:8,1 TZS:3,3 FH:10,6 SZH:37,1 CK:1,0 SO:0,4	Abaúj kefir (7) Delma multivitaminos margarin Szezámagos zsemle (1;11) Tv paprika EN:183 ZS:4,9 TZS:1,2 FH:4,6 SZH:28,9 CK:0,8 SO:0,6	Forralt tej (7) Delma multivitaminos margarin Vizes zsemle (1) Főtt tojás (3) EN:287 ZS:10,3 TZS:4,0 FH:11,6 SZH:36,0 CK:0,9 SO:0,1
100 %-os gyümölcsle EN:46 ZS: TZS: FH: SZH:11,3 CK:10,8 SO:	Narancs - b EN:29 ZS: TZS: FH:0,4 SZH:6,0 CK: SO:	Limonádé EN:29 ZS: TZS: FH:0,1 SZH:5,7 CK:5,2 SO:	Banán - b EN:74 ZS: TZS: FH:0,9 SZH:16,9 CK: SO:	100 %-os gyümölcsle EN:45 ZS: TZS: FH: SZH:9,4 CK:9,4 SO:
Paradicsomos burgonyafőzelék -b (1;12) 100 %-os halrúd (1;4) Alma - b EN:482 ZS:12,3 TZS:0,8 FH:12,5 SZH:74,7 CK:12,7 SO:0,2	Zöldség leves (9;12) Csirkepaprikás - b (1;7;12) Durum főtt kiskagyló tészta -b (1) EN:514 ZS:21,4 TZS:5,2 FH:19,5 SZH:59,1 CK:4,6 SO:1,9	Rakott kelkáposzta -b (1;3;7;12) Kiwi - b EN:523 ZS:17,8 TZS:6,9 FH:24,0 SZH:61,8 CK:3,0 SO:1,0	Süttőtökfőzelék -b (1;7) Sült csirkecombfilé - b Burgonyapüré fél adag (7;12) EN:451 ZS:17,4 TZS:6,1 FH:17,2 SZH:52,3 CK:14,0 SO:0,9	Aprópecsenye Zöldséges bulgur- b (1) Alma - b EN:392 ZS:15,6 TZS:3,0 FH:16,8 SZH:44,8 CK:5,0 SO:0,3
Gyümölcs tea - b Barackos túró-házi -b (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:189 ZS:2,9 TZS:1,0 FH:5,6 SZH:34,0 CK:12,2 SO:0,7	Csipkebogyó tea Trappista sajt (7) Delma multivitaminos margarin Kígyóborka Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:241 ZS:11,0 TZS:4,8 FH:7,5 SZH:26,7 CK:5,4 SO:1,0	Gyümölcsös tea Halkrém házi-b (4;6) Félbarna kenyér (1) EN:214 ZS:9,0 TZS:3,3 FH:6,3 SZH:25,9 CK:5,5 SO:0,2	Csipkebogyó tea Toust szelet Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:186 ZS:6,2 TZS:1,6 FH:3,6 SZH:27,5 CK:5,5 SO:1,1	Gyümölcsös tea Párizsikrém baromfi- b Jégcsapretek Magvas kenyér (1;6) EN:201 ZS:8,2 TZS:3,0 FH:5,9 SZH:25,1 CK:5,5 SO:1,0

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.

Reggeli

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Karamell-b (7) Delma multivitaminos margarin Foszlós kalács (1;3;6;7;8;11;13) EN:235 ZS:9,7 TZS:4,3 FH:6,6 SZH:26,3 CK:8,9 SO:0,3	Forralt tej (7) Liga margarin Szendvicssonka Vizes zsemle (1) EN:242 ZS:5,8 TZS:2,7 FH:10,4 SZH:36,4 CK:0,9 SO:0,3	Forralt tej (7) Delma multivitaminos margarin Kockasajt, natúr (7) Paradicsom Félbarna kenyér (1) EN:236 ZS:9,8 TZS:4,7 FH:8,4 SZH:28,0 CK:1,3 SO:0,2	Epres joghurt (7) Delma multivitaminos margarin Szezám-slenmagvas kifli (1;7;11) EN:268 ZS:10,6 TZS:2,1 FH:8,9 SZH:32,5 CK:9,7 SO:0,5	Forralt tej (7) Liga margarin Zöldséges szelet Magvas zsemle (1) Jégcsapretek EN:270 ZS:8,2 TZS:3,5 FH:10,1 SZH:34,8 CK:0,6 SO:1,1
Limonádé EN:29 ZS: SZH:5,7 TZS: CK:5,2 FH:0,1 SO:	Banán - b EN:74 ZS: SZH:16,9 TZS: CK: FH:0,9 SO:	Üdítő alma 100% Szobi EN:4 ZS: SZH:1,1 TZS: CK:1,1 FH: SO:0,0	Narancs - b EN:29 ZS: SZH:6,0 TZS: CK: FH:0,4 SO:	Limonádé EN:23 ZS: SZH:5,2 TZS: CK:5,1 FH:0,0 SO:
Zöldborsófőzelék -b (1;7) Sült csirkecombfilé - b Alma - b EN:331 ZS:12,0 TZS:3,6 FH:19,5 SZH:35,5 CK:5,0 SO:0,6	Palóc leves - b (1;7;12) Almás lepény -b (1;3;7) EN:395 ZS:16,4 TZS:7,0 FH:14,9 SZH:46,1 CK:15,6 SO:0,9	Párolt pulykacomb Sárgarépa főzelék -b (1;7) Kiwi - b EN:460 ZS:22,2 TZS:6,2 FH:18,2 SZH:45,4 CK:5,6 SO:1,0	Francia rakott burgonya -b (1;3;7;12) Cékla saláta (10) * EN:472 ZS:15,5 TZS:7,7 FH:19,3 SZH:53,2 CK:1,7 SO:1,0	Brokkoli főzelék b (1;7) Sült csirkecombfilé - b Alma - b EN:259 ZS:12,3 TZS:4,1 FH:15,4 SZH:19,5 CK:1,2 SO:0,5
Gyümölcsstea - b Sajtkrém (házi) -b (7) Kígyóborka Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:189 ZS:6,3 TZS:2,5 FH:5,0 SZH:26,7 CK:5,4 SO:0,9	Csipkebogyó tea Tojáskrém házi- b (3) Barna kenyér (1;6) Tv paprika EN:238 ZS:10,1 TZS:4,1 FH:5,7 SZH:25,0 CK:5,5 SO:0,7	Gyümölcsstea - b Csirkemájkrém házi -b (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:240 ZS:11,7 TZS:4,0 FH:5,1 SZH:27,0 CK:5,6 SO:0,8	Csipkebogyó tea Zala felvágott Kígyóborka Liga margarin Félbarna kenyér (1) EN:184 ZS:5,6 TZS:1,8 FH:5,9 SZH:26,5 CK:5,6 SO:0,4	Gyümölcsstea - b Barackos túró-házi -b (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:189 ZS:2,9 TZS:1,0 FH:5,6 SZH:34,0 CK:12,2 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.