

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Citromos tea Lapka sajt (7) Margarin Vizes zsemle (1) EN:242 ZS:5,5 TZS:2,5 FH:8,4 SZH:38,6 CK:8,5 SO:0,5	Tejeskávé (1;7) Tömlős sajtkrém, natúr (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Lilahagyma EN:338 ZS:4,1 TZS:1,3 FH:7,0 SZH:64,1 CK:30,2 SO:1,1	Mézes tea Piknik szelet (10) Liga margarin Félbarna kenyér (1) Hónapos retek EN:212 ZS:5,2 TZS:1,5 FH:6,7 SZH:33,9 CK:7,2 SO:0,5	Tej 1,5% (7) Briós (1;3;6;7) EN:214 ZS:5,8 TZS:2,5 FH:7,3 SZH:33,0 CK:9,3 SO:0,4	Gyümölcsös tea Vajkrém, magyaros (7) Fehér kenyér (1;6) Rágórépa EN:234 ZS:7,5 TZS:4,6 FH:5,7 SZH:34,6 CK:6,9 SO:1,1
Csontleves (1;9;12) Vadas tokány pulykahúsból (1;7;10;12) Durumtészta (1) EN:455 ZS:14,7 TZS:3,6 FH:22,4 SZH:57,1 CK:4,3 SO:2,1	Zöldségleves (9;12) Húsgombóc (3;12) Paradicsommártás (1;9) Főtt burgonya mártáshoz (12) Alma EN:492 ZS:11,6 TZS:3,4 FH:16,2 SZH:77,2 CK:15,0 SO:3,9	Karfiolleves tejfölös (1;7) Bácskai tarhonyáshús (1;12) Káposztasaláta EN:559 ZS:26,2 TZS:5,5 FH:22,7 SZH:55,5 CK:7,0 SO:3,5	Lebbencsleves (1;9;12) Zöldbabfőzelék (1;7;12) Sültkolbász Teljes kiőrlésű kenyér (1) Alma EN:635 ZS:30,1 TZS:10,7 FH:14,2 SZH:73,4 CK:2,8 SO:3,3	Legényfogó leves (1;7;9;12) Szilvalekváros nudli (1;3;7;12) EN:478 ZS:10,4 TZS:3,6 FH:19,4 SZH:73,5 CK:17,4 SO:2,4
Baromfipárizsi Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:227 ZS:7,7 TZS:1,9 FH:5,7 SZH:32,1 CK:0,7 SO:1,5	Vajas méz (7) Császárszemle (1;6) EN:263 ZS:10,1 TZS:4,0 FH:4,7 SZH:39,3 CK:10,4 SO:0,6	Füstölt-tarjás szendvicsskrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:221 ZS:6,6 TZS:2,7 FH:6,0 SZH:32,6 CK:0,9 SO:1,7	Szendvicssonka (7) Delma light margarin Vizes zsemle (1) Tv paprika EN:200 ZS:3,7 TZS:0,6 FH:8,1 SZH:32,4 CK:0,9 SO:0,5	Abaúj natúr joghurt 100g (7) Teljeskiőrlésű kifli (1;6) 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
Mézes tea Fokhagymás szelet Delma light margarin Magvas zsemle (1) EN:255 ZS:7,7 TZS:2,9 FH:7,6 SZH:34,6 CK:6,0 SO:1,2	Tej 1,5% (7) Dejós búrkifli (1;6;8) EN:287 ZS:12,3 TZS:5,2 FH:6,7 SZH:29,0 CK:15,3 SO:0,2	Citromos tea Szendvicsskrém vegyesfelvágottból (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:279 ZS:10,3 TZS:3,8 FH:4,7 SZH:38,2 CK:6,6 SO:1,2	Gyümölcsös tea Csirkemellsonka Delma light margarin Teljes kiőrlésű zsemle (1;6) Kígyóuborka EN:221 ZS:4,0 TZS:1,0 FH:9,1 SZH:38,1 CK:6,8 SO:1,3	Kakaó (7) Pástétom, libamájás (1;6) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek EN:265 ZS:4,8 TZS:1,7 FH:7,9 SZH:43,5 CK:11,2 SO:1,1
Zöldséges tarhonyaleves (1;9;12) Hentestokány sertéshúsból (1;10) Durumtészta (1) EN:546 ZS:24,2 TZS:5,7 FH:21,8 SZH:58,6 CK:2,9 SO:4,5	Zöldségleves (9;12) Zöldborsófőzelék (1;7) Sült rudacska Teljes kiőrlésű kenyér (1) Alma EN:593 ZS:22,1 TZS:6,0 FH:21,8 SZH:74,0 CK:7,9 SO:3,8	Gyümölcsleves (1;7) Grill csirkecombfilé Petrezselymes burgonya (7;12) Mongol saláta diab (10) * EN:406 ZS:9,4 TZS:3,0 FH:18,7 SZH:55,9 CK:18,1 SO:4,3	Kertészleves gazdagon (1;9;12) Paradicsomos káposzta (1) Pulykapörkölt (12) Alma Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:549 ZS:14,1 TZS:1,9 FH:21,5 SZH:81,3 CK:14,4 SO:3,8	Lencsegulyás (9;12) Darásmetélt (1) Barack lekvár EN:621 ZS:18,6 TZS:4,0 FH:22,9 SZH:86,1 CK:21,5 SO:3,5
Trappista sajt (7) Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom EN:254 ZS:8,9 TZS:3,8 FH:8,9 SZH:32,6 CK:0,5 SO:1,4	Májusi csemege (6) Ráma csészés (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:258 ZS:11,1 TZS:3,6 FH:5,7 SZH:32,1 CK:0,6 SO:1,5	Alma - áfonya lekvár Vizes zsemle (1) EN:191 ZS:0,7 TZS:0,0 FH:4,8 SZH:40,0 CK:8,7 SO:0,0	Zöldfűszeres sajtkrém (7) Teljeskiőrlésű kifli (1;6) EN:204 ZS:8,7 TZS:4,2 FH:6,6 SZH:26,0 CK:1,0 SO:0,9	Gyümölcsjoghurt (7) Tejes kifli (1;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 - 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
Mézes tea Sertéspárizsi Ráma csészés (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Tej 1,5% (7) Briós (1;3;6;7)	Citromos tea Főtt rudacska Mustár (10) Tejes kifli (1;7)	Limonádé Pórés tojáskrémmel (3;7;10) Vizes zsemle (1)	Toust szelet Ráma csészés (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Lilahagyma Gyümölcsös tea
EN:280 ZS:11,1 TZS:3,2 FH:5,5 SZH:37,9 CK:6,0 SO:1,4	EN:214 ZS:5,8 TZS:2,5 FH:7,3 SZH:33,0 CK:9,3 SO:0,4	EN:314 ZS:16,3 TZS:5,1 FH:11,7 SZH:29,7 CK:7,4 SO:1,8	EN:266 ZS:7,2 TZS:2,5 FH:7,0 SZH:41,4 CK:11,1 SO:0,3	EN:285 ZS:8,2 TZS:2,1 FH:5,9 SZH:44,4 CK:6,7 SO:1,5
Zöldségkrémleves (1;12) Levesgyöngy (1;3;7) Páztortarhonya (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) Panírozott halrúd (1;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:579 ZS:24,8 TZS:7,5 FH:19,1 SZH:53,2 CK:1,6 SO:3,7	EN:592 ZS:12,0 TZS:1,7 FH:21,1 SZH:96,4 CK:0,6 SO:3,1	EN:587 ZS:15,8 TZS:1,6 FH:19,1 SZH:90,3 CK:15,3 SO:2,4	EN:614 ZS:27,9 TZS:6,2 FH:17,5 SZH:68,9 CK:0,9 SO:4,1	EN:620 ZS:35,9 TZS:13,4 FH:24,8 SZH:46,6 CK:4,9 SO:1,9
Abaúj natúr sajtkrém (7) Vizes zsemle (1) Tv paprika	Teljes kiőrlésű kenyér (1) Ráma csészés (7) Olasz felvágott	Ráma csészés (7) Zöldhagyma Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Löncshús Burgonyás kenyér (1;6;12) Paradicsom Liga margarin	Abaúj natúr joghurt 100g (7) Tejes kifli (1;7)
EN:191 ZS:2,3 TZS:1,1 FH:7,2 SZH:34,1 CK:2,7 SO:0,3	EN:259 ZS:11,1 TZS:3,1 FH:5,9 SZH:32,2 CK:0,5 SO:1,5	EN:215 ZS:7,1 TZS:1,6 FH:3,7 SZH:31,9 CK:0,5 SO:1,0	EN:201 ZS:6,0 TZS:1,8 FH:7,0 SZH:28,6 CK:0,6 SO:1,4	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
Gyümölcsös tea Csirkemellsonka Liga margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:233 ZS:5,2 TZS:1,0 FH:6,5 SZH:38,3 CK:6,6 SO:1,5	Tej 1,5% (7) Fahéjas csiga (1;6) EN:260 ZS:10,0 TZS:5,0 FH:6,4 SZH:33,2 CK:12,5 SO:0,2	Limonádé Körözött tehéntúróból (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldhagyma EN:300 ZS:9,0 TZS:3,7 FH:8,1 SZH:43,4 CK:11,6 SO:1,2	Mézes tea Delma light margarin Magvas zsemle (1) Kígyóborka EN:206 ZS:3,1 TZS:0,7 FH:5,4 SZH:34,7 CK:6,0 SO:0,8	Szendvicskrém vegyesfelvágottból (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Gyümölcsös tea Paradicsom EN:283 ZS:10,3 TZS:3,8 FH:4,9 SZH:39,0 CK:6,6 SO:1,2
Zöldborsóleves (1;12) Csirkepaprikás (1;7;12) Durumtészta (1) EN:557 ZS:28,6 TZS:7,4 FH:19,3 SZH:53,6 CK:2,8 SO:2,5	Reszelttészta leves (1;9;12) Kelkáposzta főzelék (1;12) Sertéspörkölt (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:574 ZS:23,8 TZS:3,2 FH:24,8 SZH:61,4 CK:0,9 SO:4,1	Karfiolleves tejfölös (1;7) Rántott csirkemell (1;3;7) Zöldséges rizs Vegyes befőtt EN:786 ZS:34,9 TZS:6,0 FH:24,9 SZH:86,8 CK:10,0 SO:3,6	Köménymagos rántottleves (1) Levesgyöngy (1;3;7) Rakottburgonya kolbásszal (1;3;7;12) Csemegeuborka diab (10) * Alma EN:716 ZS:42,8 TZS:15,7 FH:16,2 SZH:62,0 CK:2,4 SO:3,8	Gulyásleves (9;12) Magvas kenyér (1;6) Tejbedara (1;7) Kakaósórat EN:664 ZS:21,4 TZS:7,7 FH:22,9 SZH:88,7 CK:33,8 SO:2,8
Kockasajt, light (7) Tejes kifli (1;7) Tv paprika EN:146 ZS:2,1 TZS:1,3 FH:6,2 SZH:24,8 CK:1,8 SO:0,5	Edami sajt (7) Hónapos retek Vizes zsemle (1) EN:236 ZS:6,3 TZS:3,2 FH:9,9 SZH:33,5 CK:1,9 SO:0,3	Málna-alma lekvár Fehér kenyér (1;6) EN:181 ZS:0,5 TZS:0,0 FH:4,9 SZH:37,9 CK:12,4 SO:0,9	Zala felvágott Liga margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:234 ZS:8,3 TZS:2,3 FH:6,1 SZH:32,2 CK:0,6 SO:1,5	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.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Vajkrém, magyaros (7) Barna kenyér (1;6) Gyümölcsös tea	Briós (1;3;6;7) Tej 1,5% (7)	Kockasajt, light (7) Tejes kifli (1;7) Jégcsapretek Citromos tea	Pástétom, baromfi Delma multivitaminos margarin Magvas zsemle (1) Limonádé	Zöldfűszeres halpástétom (4) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldhagyma Gyümölcsös tea
EN:243 ZS:7,7 TZS:4,6 FH:5,5 SZH:31,0 CK:7,0 SO:1,0	EN:214 ZS:5,8 TZS:2,5 FH:7,3 SZH:33,0 CK:9,3 SO:0,4	EN:168 ZS:2,1 TZS:1,3 FH:6,2 SZH:30,4 CK:7,8 SO:0,5	EN:322 ZS:11,6 TZS:2,8 FH:8,7 SZH:40,6 CK:10,6 SO:1,1	EN:224 ZS:4,9 TZS:0,5 FH:4,4 SZH:38,5 CK:6,5 SO:1,1
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) Mákostészta (1)
EN:443 ZS:18,1 TZS:4,0 FH:20,0 SZH:45,1 CK:4,5 SO:3,7	EN:537 ZS:14,9 TZS:2,1 FH:17,8 SZH:80,3 CK:14,3 SO:3,1	EN:599 ZS:17,0 TZS:3,5 FH:21,6 SZH:87,8 CK:19,1 SO:2,4	EN:652 ZS:30,3 TZS:7,6 FH:20,5 SZH:73,1 CK:2,9 SO:3,1	EN:521 ZS:23,3 TZS:5,8 FH:15,4 SZH:60,8 CK:2,9 SO:5,2
Pulyka pizzasonka (6) Liga margarin Vizes zsemle (1) Tv paprika	Vajkrém, zöldfűszeres (7) Barna kenyér (1;6)	Füstölt csirkemellsonka Delma multivitaminos margarin Burgonyás kenyér (1;6;12)	Margarinos pogácsa (1;6;7)	Abaúj kefir (7) Tejes kifli (1;7)
EN:201 ZS:3,9 TZS:1,1 FH:8,1 SZH:32,1 CK:1,0 SO:0,6	EN:217 ZS:7,7 TZS:4,6 FH:5,5 SZH:24,9 CK:1,0 SO:1,0	EN:195 ZS:5,2 TZS:1,2 FH:7,6 SZH:28,6 CK:0,5 SO:1,4	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.