

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Pástétom, baromfi Fehér kenyér (1;6)	Foszlós kalács (1;3;6;7) Delma multivitaminos margarin	Fokhagymás szelet Delma joghurtos margarin (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika	Burgonyás pogácsa (1;3)	Körözött tehéntúróból (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Lilahagyma
EN:186 ZS:0,9 TZS:0,1 FH:7,0 SZH:36,0 CK:0,6 SO:1,2	EN:261 ZS:11,1 TZS:3,7 FH:5,9 SZH:36,4 CK:5,9 SO:0,5	EN:322 ZS:14,3 TZS:4,4 FH:7,5 SZH:39,0 CK:0,6 SO:1,8	EN:174 ZS:6,5 TZS:3,4 FH:3,8 SZH:24,0 CK:0,8 SO:0,9	EN:322 ZS:11,5 TZS:4,8 FH:10,3 SZH:42,0 CK:1,9 SO:1,4
Lencseleves füstölthússal (1;10;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Túrós csusza (1;7)	Daragaluskaleves (1;3;9;12) Zöldborsófőzelék (1;7) Sült rudacska Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Gyümölcsleves (1;7) Rántott halfilé (1;3;4) Vajas burgonya (7;12) Káposztasaláta	Tarhonyaleves burgonyával (1;9;12) Székelykáposzta (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Mandarin	Paradicsomleves (1;9;12) Magyaros csirkemáj (1) Párolt rizs Csemegeuborka diab (10) *
EN:1125 ZS:43,6 TZS:14,3 FH:44,5 SZH:129,5 CK:10,5 SO:4,2	EN:683 ZS:23,1 TZS:6,7 FH:27,7 SZH:87,4 CK:8,5 SO:5,4	EN:997 ZS:42,6 TZS:8,5 FH:29,2 SZH:115,4 CK:31,2 SO:5,9	EN:706 ZS:27,2 TZS:7,1 FH:28,1 SZH:80,8 CK:1,6 SO:5,9	EN:776 ZS:24,3 TZS:3,7 FH:28,0 SZH:110,5 CK:18,2 SO:3,9
Zöldfűszeres sajtkrém (7) Szezámagos zsemle (1;11) Kígyóborka	Olasz felvágott Rozsos kenyér (1;5;8;11) Liga margarin Paradicsom	Lapka sajt (7) Liga margarin Vizes zsemle (1)	Aro sertéslöncs (1;6;7;10) Rozsos kenyér (1;5;8;11) Jégcsapretek	Epres joghurt (7) Tejes kifli (1;7)
EN:253 ZS:11,5 TZS:5,6 FH:7,1 SZH:29,4 CK:1,5 SO:0,8	EN:286 ZS:11,6 TZS:3,8 FH:9,8 SZH:31,2 CK:3,0 SO:1,0	EN:226 ZS:6,5 TZS:2,8 FH:8,4 SZH:32,5 CK:2,4 SO:0,6	EN:273 ZS:10,1 TZS:3,2 FH:9,8 SZH:30,9 CK:2,8 SO:1,1	EN:178 ZS:2,5 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, szulfitek; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Kenőmájas (6) Teljes kiőrlésű zsemle (1;6) EN:238 ZS:8,8 TZS:3,2 FH:10,0 SZH:31,3 CK:0,7 SO:1,2	Kakaós csiga (1;6) EN:224 ZS:8,6 TZS:4,0 FH:3,8 SZH:31,5 CK:11,5 SO:0,2	Csirkemellsonka Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka EN:256 ZS:6,8 TZS:1,4 FH:8,4 SZH:38,4 CK:0,7 SO:1,8	Zöldfűszeres halpástétom (4) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:234 ZS:6,1 TZS:0,6 FH:5,1 SZH:37,8 CK:0,6 SO:1,3	Tökmagos vajkrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldhagyma EN:312 ZS:13,7 TZS:6,9 FH:5,5 SZH:39,3 CK:1,2 SO:1,4
Karfiollevés zöldséges (1;12) Csirkepaprikás (1;7;12) Durumtészta (1) EN:777 ZS:41,1 TZS:10,1 FH:27,3 SZH:71,5 CK:3,8 SO:4,0	Magyaros zellerleves (1;9;12) Paprikásburgonya kolbásszal (1;6;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Alma EN:880 ZS:40,8 TZS:9,3 FH:24,0 SZH:97,3 CK:3,8 SO:4,9	Fokhagymakrémléves (1;7;12) Levesgyöngy (1;3;7) Bácskai rizseshús (12) Vegyes savanyúság csalamádé diab (10;12) * EN:675 ZS:27,0 TZS:6,9 FH:27,0 SZH:79,4 CK:1,3 SO:5,9	Csurgatott tojásleves (1;3) Bugaci rakottkáposzta (1;6;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:1024 ZS:59,9 TZS:17,0 FH:28,3 SZH:85,9 CK:4,0 SO:9,9	Csirkeraguleves (1;9;12) Tejbedara (1;7) Fahéjszórat Mandarin EN:656 ZS:22,2 TZS:8,3 FH:20,5 SZH:87,5 CK:44,3 SO:1,7
Sajtos tavaszi rúd (6;7) Delma joghurtos margarin (7) Korpás zsemle (1) Paradicsom EN:256 ZS:9,8 TZS:2,6 FH:8,7 SZH:31,4 CK:1,3 SO:1,1	Főtt tojáskarika (3) Delma multivitaminos margarin Szezámagos zsemle (1;11) EN:235 ZS:9,8 TZS:2,6 FH:7,8 SZH:27,9 CK:0,8 SO:0,6	Mazsolás túrókrém (7) Burgonyás kenyér (1;6;12) EN:291 ZS:5,8 TZS:2,6 FH:11,4 SZH:45,5 CK:6,8 SO:1,1	Soproni felvágott Liga margarin Tv paprika Vizes zsemle (1) EN:259 ZS:9,4 TZS:3,3 FH:8,8 SZH:33,4 CK:1,4 SO:0,8	Abaúj kefir (7) Tejes kifli (1;7) 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 - Szezámag; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Mátrai csemege szalámi Ráma csészés (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Alma - áfonya lekvár Delma light margarin Vizes zsemle (1)	Sertéspárizsi (6) Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika	Pórés tojáskrém (3;7;10) Magvas zsemle (1)	Zala felvágott Delma joghurtos margarin (7) Barna kenyér (1;6) Jégcsapretek
EN:348 ZS:17,9 TZS:5,8 FH:7,3 SZH:37,2 CK:0,6 SO:1,7	EN:256 ZS:3,7 TZS:0,9 FH:4,8 SZH:49,0 CK:16,5 SO:0,1	EN:297 ZS:14,5 TZS:4,3 FH:7,9 SZH:39,1 CK:0,7 SO:1,8	EN:264 ZS:10,6 TZS:3,6 FH:8,2 SZH:29,5 CK:0,6 SO:1,0	EN:330 ZS:12,2 TZS:3,8 FH:11,2 SZH:34,7 CK:0,7 SO:1,8
Zöldborsóleves (1) Bolognai spagetti (1;12) Sajtszórát (7)	Kertészleves gazdagon (1;9;12) Burgonyafőzelék (1;7;12) Vagdalt pogácsa (1;3;6;8;11;12) Teljes kiőrlésű kenyér - félada (1) Alma	Zöldségkrémleves (1;12) Levesgyöngy (1;3;7) Mustáros csirkecomb csíkok (10) Párolt rizs	Lebbencsleves (1;9;12) Babfőzelék (1;7;12) Sertéspörkölt (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér - félada (1)	Kelkáposztaleves rudacskával (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - félada (1) Krumplisztya (1;12) Csemegeuborka diab (10) *
EN:687 ZS:27,1 TZS:9,3 FH:31,2 SZH:78,4 CK:3,9 SO:2,8	EN:982 ZS:55,4 TZS:10,6 FH:25,0 SZH:89,0 CK:2,1 SO:3,9	EN:689 ZS:17,5 TZS:3,5 FH:28,5 SZH:84,7 CK:0,9 SO:4,1	EN:821 ZS:26,3 TZS:5,9 FH:39,3 SZH:94,0 CK:3,1 SO:6,0	EN:837 ZS:32,6 TZS:7,8 FH:23,7 SZH:107,3 CK:3,2 SO:7,3
Vajkrém, magyaros (7) Korpás zsemle (1) Jégcsapretek	Szendvicssonka Delma multivitaminos margarin Fehér kenyér (1;6)	Kockasajt, natúr (7) Korpás zsemle (1)	Májusi csemege (6) Liga margarin Burgonyás kenyér (1;6;12) Paradicsom	Gyümölcsjoghurt (7) Vizes zsemle (1)
EN:263 ZS:11,4 TZS:6,9 FH:6,3 SZH:32,0 CK:1,8 SO:0,9	EN:258 ZS:7,2 TZS:1,8 FH:10,7 SZH:36,7 CK:0,6 SO:1,6	EN:188 ZS:3,3 TZS:1,6 FH:6,4 SZH:31,1 CK:2,0 SO:0,7	EN:289 ZS:9,7 TZS:3,5 FH:9,1 SZH:39,8 CK:0,6 SO:1,9	EN:230 ZS:2,6 TZS:1,3 FH:9,1 SZH:41,5 CK:11,2 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
Liga margarin Rozsos kenyér (1;5;8;11) Kaliforniai paprika	Dejós csiga (1;6;8)	Túrókrém kapros (7) Vizes zsemle (1)	Szendvicsskrém vegyesfelvágottból (7) Fehér kenyér (1;6)	Toust szelet Ráma csészés (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóborka
EN:217 ZS:5,3 TZS:1,3 FH:6,4 SZH:31,2 CK:3,4 SO:0,4	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:212 ZS:4,0 TZS:2,1 FH:9,9 SZH:32,4 CK:2,2 SO:0,7	EN:311 ZS:12,7 TZS:5,6 FH:8,6 SZH:36,3 CK:0,6 SO:1,5	EN:297 ZS:11,2 TZS:3,0 FH:6,7 SZH:39,8 CK:0,7 SO:1,8
Brokkoli krémleves (1;7;12) Levesgyöngy (1;3;7) Vadász sertésragu (1;12) Párolt rizs Káposztasaláta Banán	Libacsontleves csigatésztával (1;3;9;12) Zöldbabfőzelék (1;7;12) Sült debreceni Teljes kiőrlésű kenyér (1) Mandarin	Árpagyöngyleves (1;8;9;12) Rántott csirkemell (1;3;7) Petrezselymes burgonya (7;12) Uborkasaláta	Hamis gulyásleves (1;9;12) Paradicsomos káposzta (1) Vagdalt pogácsa - baromfi (1;3;6;8;11;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Legényfogó leves (1;7;9;12) Lekváros derelye (1;3)
EN:968 ZS:28,0 TZS:7,9 FH:31,8 SZH:144,3 CK:8,3 SO:4,1	EN:940 ZS:54,7 TZS:14,5 FH:28,0 SZH:79,4 CK:3,3 SO:4,7	EN:919 ZS:42,2 TZS:7,2 FH:31,4 SZH:95,5 CK:7,7 SO:5,7	EN:1007 ZS:54,6 TZS:7,5 FH:25,1 SZH:97,6 CK:18,7 SO:4,3	EN:1049 ZS:18,9 TZS:3,6 FH:30,5 SZH:131,9 CK:45,1 SO:5,8
Natúr húskenyér Delma joghurtos margarin (7) Szezámagos zsemle (1;11)	Sárgarépasajtkrém (7) Fehér kenyér (1;6) Vizes zsemle (1)	Baromfipárizsi Delma margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Kockasajt, sonkás (7) Korpás kifli (1;7)	Abaúj natúr joghurt 100g (7) Vizes zsemle (1)
EN:286 ZS:15,1 TZS:4,9 FH:7,1 SZH:29,6 CK:0,9 SO:1,3	EN:404 ZS:7,7 TZS:3,1 FH:12,8 SZH:68,6 CK:2,9 SO:1,6	EN:274 ZS:9,9 TZS:2,6 FH:6,9 SZH:37,5 CK:0,8 SO:1,8	EN:179 ZS:4,1 TZS:1,7 FH:6,4 SZH:28,2 CK:1,9 SO:0,2	EN:208 ZS:3,7 TZS:1,9 FH:8,1 SZH:34,8 CK:4,7 SO:0,0

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.