

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Pástétom, baromfi Fehér kenyér (1;6) Gyümölcsös tea	Briós (1;3;6;7) Delma multivitaminos margarin Tej 1,5% (7)	Fokhagymás szelet Delma joghurtos margarin (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika Citromos tea	Burgonyás pogácsa (1;3) Tej 1,5% (7)	Körözött tehéntúróból (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Lilahagyma Mézes tea
EN:159 ZS:0,7 TZS:0,1 FH:5,0 SZH:31,8 CK:6,5 SO:0,9	EN:249 ZS:9,7 TZS:3,6 FH:7,4 SZH:33,0 CK:9,3 SO:0,4	EN:258 ZS:10,4 TZS:3,3 FH:5,6 SZH:33,9 CK:6,5 SO:1,3	EN:224 ZS:8,0 TZS:4,4 FH:6,6 SZH:28,6 CK:5,4 SO:0,9	EN:252 ZS:8,6 TZS:3,7 FH:7,5 SZH:34,5 CK:6,9 SO:1,0
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) Magyaros csirkemáj (1) Vajas burgonya (7;12) Káposztasaláta	Tarhonyaleves burgonyával (1;9;12) Székelykáposzta (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Mandarin	Paradicsomleves (1;9;12) Rántott halfilé (1;3;4) 100 %-os halrudacska (1;4) Csemegeuborka diab (10) *
EN:837 ZS:32,6 TZS:10,7 FH:33,2 SZH:95,8 CK:7,8 SO:3,1	EN:545 ZS:20,8 TZS:6,2 FH:22,5 SZH:64,2 CK:6,3 SO:4,3	EN:500 ZS:15,3 TZS:4,6 FH:18,5 SZH:66,0 CK:22,6 SO:3,9	EN:532 ZS:20,3 TZS:5,3 FH:21,0 SZH:61,3 CK:1,2 SO:4,3	EN:742 ZS:42,7 TZS:5,2 FH:24,7 SZH:62,4 CK:14,8 SO:2,9
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:225 ZS:8,9 TZS:4,2 FH:6,4 SZH:28,9 CK:1,3 SO:0,8	EN:201 ZS:7,9 TZS:2,6 FH:6,8 SZH:22,4 CK:2,1 SO:0,7	EN:217 ZS:5,5 TZS:2,5 FH:8,4 SZH:32,5 CK:2,4 SO:0,6	EN:191 ZS:6,9 TZS:2,2 FH:6,9 SZH:22,1 CK:2,0 SO:0,7	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) Citromos tea EN:241 ZS:6,7 TZS:2,3 FH:8,9 SZH:37,4 CK:6,8 SO:1,1	Kakaós csiga (1;6) Tejeskávé (1;7) EN:384 ZS:10,2 TZS:5,0 FH:6,9 SZH:62,4 CK:41,1 SO:0,3	Csirkemellsonka Delma light margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka Gyümölcsös tea EN:209 ZS:4,8 TZS:1,0 FH:6,2 SZH:33,5 CK:6,5 SO:1,3	Zöldfűszeres halpástétom (4) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tej 1,5% (7) EN:218 ZS:6,0 TZS:1,5 FH:6,6 SZH:31,6 CK:5,0 SO:1,0	Kenőmájas (6) Tökmagos vajkrém (7) Zöldhagyma Citromos tea EN:174 ZS:14,0 TZS:7,3 FH:4,0 SZH:7,8 CK:6,6 SO:0,6
Karfiolleves zöldséges (1;12) Csirkepaprikás (1;7;12) Durumtészta (1) EN:583 ZS:30,9 TZS:7,6 FH:20,4 SZH:53,6 CK:2,8 SO:2,9	Magyaros zellerleves (1;9;12) Rakott kelkáposzta (7;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Körte EN:537 ZS:19,8 TZS:4,9 FH:23,3 SZH:63,0 CK:2,1 SO:3,1	Fokhagymakrémleves (1;7;12) Levesgyöngy (1;3;7) Bácskai rizseshús (12) Vegyes savanyúság csalamádé diab (10;12) * EN:524 ZS:21,4 TZS:5,7 FH:20,5 SZH:61,1 CK:1,2 SO:4,2	Csurgatott tojásleves (1;3) Bugaci rakottkáposzta (1;6;12) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:764 ZS:44,8 TZS:12,8 FH:21,2 SZH:63,8 CK:3,0 SO:7,4	Csirkeraguleves (1;9;12) Tejbedara (1;7) Fahéjszórat Mandarin EN:529 ZS:17,9 TZS:6,7 FH:16,8 SZH:70,1 CK:35,1 SO:1,3
Sajtos tavaszi rúd (6;7) Delma joghurtos margarin (7) Korpás zsemle (1) Paradicsom EN:230 ZS:7,2 TZS:1,9 FH:8,0 SZH:31,1 CK:1,3 SO:1,0	Főtt tojáskarika (3) Delma multivitaminos margarin Szezámagos zsemle (1;11) EN:206 ZS:7,0 TZS:1,8 FH:6,8 SZH:27,9 CK:0,8 SO:0,6	Mazsolás túrókrém (7) Burgonyás kenyér (1;6;12) EN:199 ZS:3,8 TZS:1,7 FH:8,1 SZH:31,5 CK:4,0 SO:0,8	Soproni felvágott Liga margarin Tv paprika Vizes zsemle (1) EN:224 ZS:6,5 TZS:2,2 FH:7,5 SZH:32,6 CK:1,2 SO:0,5	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 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Mátrai csemege szalámi Ráma csészés (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Gyümölcsös tea	Alma - áfonya lekvár Delma light margarin Vizes zsemle (1) Kakaó (7)	Sertéspárizsi (6) Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika Gyümölcsös tea	Pórós tojáskrém (3;7;10) Magvas zsemle (1) Citromos tea	Zala felvágott Delma joghurtos margarin (7) Barna kenyér (1;6) Jégcsapretek Tej 1,5% (7)
EN:305 ZS:15,7 TZS:5,4 FH:6,5 SZH:32,8 CK:6,5 SO:1,4	EN:301 ZS:5,1 TZS:2,2 FH:8,8 SZH:51,2 CK:19,5 SO:0,2	EN:233 ZS:9,8 TZS:2,8 FH:5,5 SZH:34,0 CK:6,5 SO:1,3	EN:259 ZS:7,7 TZS:2,5 FH:7,5 SZH:35,5 CK:6,6 SO:0,9	EN:281 ZS:9,7 TZS:3,5 FH:10,7 SZH:29,4 CK:5,1 SO:1,3
Zöldborsóleves (1) Bolognai spagetti (1;12) Sajtszórat (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) Krumplisztyén (1;12) Csemegeuborka diab (10) *
EN:488 ZS:19,2 TZS:6,7 FH:21,7 SZH:56,2 CK:2,7 SO:2,3	EN:736 ZS:41,7 TZS:8,0 FH:18,4 SZH:67,0 CK:1,5 SO:2,9	EN:557 ZS:13,9 TZS:3,0 FH:22,5 SZH:70,7 CK:0,8 SO:3,1	EN:616 ZS:19,7 TZS:4,4 FH:29,5 SZH:70,5 CK:2,3 SO:4,5	EN:653 ZS:25,2 TZS:5,9 FH:18,5 SZH:84,6 CK:2,7 SO:5,7
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:228 ZS:7,9 TZS:4,6 FH:6,0 SZH:31,2 CK:1,6 SO:0,8	EN:183 ZS:4,9 TZS:1,2 FH:8,0 SZH:26,3 CK:0,4 SO:1,1	EN:188 ZS:3,3 TZS:1,6 FH:6,4 SZH:31,1 CK:2,0 SO:0,7	EN:211 ZS:7,2 TZS:2,7 FH:6,8 SZH:28,7 CK:0,5 SO:1,4	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 Citromos tea	Dejós csiga (1;6;8) Tej 1,5% (7)	Túrókrém kapros (7) Vizes zsemle (1) Gyümölcsös tea	Szendvicsskrém vegyesfelvágottból (7) Fehér kenyér (1;6) Tejeskávé (1;7)	Toust szelet Ráma csészés (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóborka Limonádé
EN:179 ZS:3,7 TZS:0,9 FH:4,5 SZH:28,3 CK:8,5 SO:0,3	EN:50 ZS:1,5 TZS:1,0 FH:2,9 SZH:4,6 CK:4,6 SO:0,0	EN:223 ZS:3,2 TZS:1,6 FH:8,7 SZH:38,2 CK:7,9 SO:0,5	EN:376 ZS:10,1 TZS:4,7 FH:9,2 SZH:56,8 CK:30,1 SO:1,1	EN:256 ZS:7,8 TZS:2,1 FH:4,9 SZH:38,9 CK:10,7 SO:1,3
Brokkoli krémleves (1;7;12) Levesgyöngy (1;3;7) Rántott csirkemell (1;3;7) 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) Miskolci sertésapró (1) 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:1064 ZS:37,2 TZS:7,7 FH:29,7 SZH:149,5 CK:7,5 SO:3,0	EN:692 ZS:38,9 TZS:10,0 FH:20,1 SZH:61,4 CK:2,6 SO:3,3	EN:465 ZS:17,8 TZS:4,1 FH:19,5 SZH:51,6 CK:4,6 SO:3,6	EN:762 ZS:41,6 TZS:5,7 FH:18,9 SZH:73,5 CK:14,0 SO:3,2	EN:792 ZS:14,4 TZS:2,8 FH:23,8 SZH:99,0 CK:33,8 SO:4,4
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:238 ZS:10,4 TZS:3,3 FH:6,2 SZH:29,0 CK:0,9 SO:1,0	EN:332 ZS:5,6 TZS:2,2 FH:10,5 SZH:57,8 CK:2,3 SO:1,2	EN:199 ZS:7,3 TZS:1,9 FH:5,1 SZH:26,8 CK:0,6 SO:1,3	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.