

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Vajkrém, magyaros (7) Fehér kenyér (1;6)	Alma - áfonya lekvár Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Sertésmájás (6;7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka	Aro sertéslőncs (1;6;7;10) Magvas zsemle (1) Fejessaláta	Soproni felvágott Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)
EN:288 ZS:11,2 TZS:6,8 FH:7,6 SZH:37,7 CK:1,3 SO:1,5	EN:300 ZS:3,0 TZS:0,2 FH:4,7 SZH:60,4 CK:16,2 SO:1,3	EN:295 ZS:9,0 TZS:0,2 FH:7,5 SZH:43,6 CK:0,6 SO:1,9	EN:255 ZS:9,0 TZS:2,9 FH:9,1 SZH:29,9 CK:0,6 SO:1,5	EN:346 ZS:14,6 TZS:4,2 FH:8,4 SZH:43,5 CK:1,1 SO:2,1
Csirkeraguleves (1;9;12) Sajtos-tejfölös spagetti (1;7)	Lebbencsleves (1;9;12) Tökfőzelék (1;7) Ripp-Ropp natúr vagdalt (1;3;6) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Alma	Fokhagymakrémleves (1;7;12) Levesgyöngy (1;3;7) Sült csirkecomb ketchupos Zöldséges bulgur (1) Csemege uborka (10)	Csontleves (1;9;12) Burgonya félada (12) Fahéjas almamártás (1;7) Főtt sertéshús	Magyaros burgonyaleves (1;9;12) Párolt rizs Miskolci sertésapró (1) Mongol saláta diab (10) * Földieper
EN:550 ZS:25,4 TZS:8,2 FH:19,5 SZH:59,0 CK:3,6 SO:2,6	EN:801 ZS:27,7 TZS:6,3 FH:20,6 SZH:112,2 CK:2,8 SO:4,9	EN:745 ZS:24,1 TZS:6,0 FH:33,6 SZH:95,9 CK:16,1 SO:8,3	EN:568 ZS:12,8 TZS:5,5 FH:31,2 SZH:74,9 CK:22,3 SO:2,3	EN:790 ZS:27,1 TZS:3,9 FH:29,3 SZH:103,9 CK:0,0 SO:2,9
Liga margarin Csirkemell sonka Korpás zsemle (1)	Abaúj natúr sajtkrém (7) Fehér kenyér (1;6) Lilahagyma	Túrókrém kapos (7) Korpás zsemle (1)	Zöldhagymás tojáskrém (3;7;10) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Abaúj natúr joghurt 100g (7) Tejes kifli (1;7)
EN:209 ZS:5,0 TZS:0,9 FH:9,0 SZH:30,1 CK:1,1 SO:1,3	EN:259 ZS:3,2 TZS:1,6 FH:10,9 SZH:45,0 CK:3,3 SO:1,7	EN:214 ZS:4,2 TZS:2,1 FH:10,4 SZH:31,0 CK:2,4 SO:1,3	EN:325 ZS:12,5 TZS:3,8 FH:7,7 SZH:42,5 CK:0,7 SO: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 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Lapka sajt (7) Delma joghurtos margarin (7) Vizes zsemle (1) Póréhagyma	Fahéjas kifli (1;3;7)	Delma multivitaminos margarin Zöldséges szelet Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika	Sertéspárizsi (6) Ráma csészés (7) Rozsos kenyér (1;5;8;11) Kígyóborka	Főtt tojáskarika (3) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom Liga margarin
EN:251 ZS:9,4 TZS:3,4 FH:8,4 SZH:32,7 CK:2,4 SO:0,5	EN:268 ZS:5,9 TZS:0,1 FH:7,7 SZH:47,5 CK:9,3 SO:0,8	EN:342 ZS:13,4 TZS:3,5 FH:7,9 SZH:45,1 CK:0,8 SO:2,1	EN:290 ZS:15,5 TZS:5,1 FH:9,6 SZH:30,8 CK:2,9 SO:0,9	EN:296 ZS:8,9 TZS:1,9 FH:8,4 SZH:43,2 CK:0,6 SO:1,4
Zöldborsóleves (1;12) Csirkepaprikás (1;7;12) Galuska (1;3) Szilva	Reszelttészta leves (1;9;12) Sertéspörkölt (1;12) Lencsefőzelék (1;7;10;12) Teljes kiőrlésű kenyér - félada	Vegyes gyümölcsleves (1;7) Rántott halfilé (1;3;4) Petrezselymes burgonya (7;12) Csemegeuborka diab (10) *	Hamis gulyásleves (1;9;12) Teljes kiőrlésű kenyér - félada (1) Húsgombóc (3;12) Paradicsommártás (1;9) Főtt burgonya mártáshoz (12)	Fejtettbaleves (1;7;9;12) Bolognai spagetti (1;12) Alma Sajtszórat (7) Fehér kenyér (1;6)
EN:891 ZS:38,6 TZS:10,2 FH:27,9 SZH:102,9 CK:4,9 SO:4,2	EN:905 ZS:36,1 TZS:6,9 FH:44,1 SZH:90,0 CK:4,5 SO:4,3	EN:947 ZS:41,9 TZS:7,4 FH:28,7 SZH:105,9 CK:21,4 SO:5,8	EN:809 ZS:21,3 TZS:5,2 FH:25,4 SZH:121,7 CK:18,5 SO:5,4	EN:874 ZS:31,6 TZS:11,9 FH:36,8 SZH:105,1 CK:8,8 SO:5,8
Olasz felvágott Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;7) Liga margarin	Füstölt sajtkrém (7) Magvas zsemle (1) Jégcsapretek	Túrókrém ananász (7) Fehér kenyér (1;6)	Vajkrém répás (7) Vizes zsemle (1)	Abaúj kefir (7) Korpás kifli (1;7)
EN:210 ZS:10,5 TZS:3,2 FH:5,9 SZH:21,8 CK:0,3 SO:1,4	EN:303 ZS:14,3 TZS:7,2 FH:10,1 SZH:29,4 CK:0,5 SO:1,0	EN:260 ZS:4,4 TZS:2,3 FH:11,3 SZH:41,8 CK:6,3 SO:1,2	EN:252 ZS:10,5 TZS:6,4 FH:5,5 SZH:33,0 CK:1,6 SO:0,3	EN:199 ZS:4,5 TZS:1,8 FH:7,7 SZH:31,2 CK:1,2 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.