

Reggeli

Ebéd

Uzsonna

Vacsora

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Gyümölcsös tea Vajkrém, magyaros (7) Fehér kenyér (1;6) EN:340 ZS:11,2 TZS:6,8 FH:7,6 SZH:50,0 CK:13,6 SO:1,5	Tej 1,5% (7) Kakaóscsiga (1;3;7) EN:427 ZS:14,1 TZS:5,5 FH:12,6 SZH:57,0 CK:25,0 SO:0,5	Citromos tea Sertésmájás (6;7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:330 ZS:9,8 TZS:0,2 FH:7,1 SZH:50,3 CK:12,9 SO:1,8	Mézes tea Liga maragrin Magvas zsemle (1) Paradicsom EN:414 ZS:6,3 TZS:1,3 FH:10,6 SZH:69,8 CK:12,3 SO:1,5	Limonádé Soproni felvágott Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:363 ZS:14,2 TZS:4,1 FH:7,8 SZH:48,5 CK:11,1 SO:1,9
Csirkeraguleves (1;9;12) Sajtos-tejfölös spagetti (1;7) EN:585 ZS:26,0 TZS:8,3 FH:20,5 SZH:65,3 CK:3,9 SO:2,8	Lebbencsleves (1;9;12) Tökfőzelék (1;7) Ripp-Ropp natúr vagdalt (1;3;6) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Alma EN:766 ZS:27,5 TZS:6,3 FH:20,3 SZH:104,1 CK:2,7 SO:4,9	Fokhagymakrémleves (1;7;12) Levesgyöngy (1;3;7) Sült csirkecomb ketchupos Zöldséges bulgur (1) Csemege uborka (10) EN:882 ZS:28,1 TZS:7,1 FH:47,4 SZH:106,3 CK:17,6 SO:9,0	Csontleves (1;9;12) Burgonya féladag (12) Fahéjas almamártás (1;7) Főtt sertéshús EN:587 ZS:12,9 TZS:5,5 FH:31,7 SZH:78,6 CK:22,3 SO:2,3	Magyaros burgonyaleves (1;9;12) Párolt rizs Miskolci sertésapró (1) Mongol saláta diab (10) * Földieper EN:888 ZS:30,5 TZS:4,4 FH:33,2 SZH:116,4 CK:0,0 SO:3,4
Liga margarin Csirkemell sonka Korpás zsemle (1) EN:390 ZS:7,5 TZS:1,3 FH:16,5 SZH:60,0 CK:2,2 SO:2,3	Natúr joghurt (7) EN:82 ZS:4,5 TZS:2,8 FH:5,0 SZH:5,7 CK:5,7 SO:0,0	Briós (1;3;6;7) EN:164 ZS:4,3 TZS:1,5 FH:4,4 SZH:28,4 CK:4,7 SO:0,3	Jam sárgabarack kifli tejes (1;7) EN:176 ZS:0,9 TZS:0,4 FH:3,5 SZH:37,4 CK:13,8 SO:0,4	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:
Grill csirkecombfilé Petrezselymes burgonya (7;12) Csemege uborka (10) EN:408 ZS:11,3 TZS:2,9 FH:24,6 SZH:46,1 CK:0,1 SO:6,6	Pizza saját (1;3;6;7) EN:564 ZS:20,9 TZS:7,5 FH:24,5 SZH:67,3 CK:9,9 SO:2,7	Burgonyafőzelék (1;7;12) Sertéspörkölt (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) EN:665 ZS:28,3 TZS:6,2 FH:25,9 SZH:69,3 CK:1,8 SO:4,4	Túrós csusza (1;7) EN:594 ZS:27,5 TZS:10,9 FH:22,3 SZH:60,1 CK:6,2 SO:1,5	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:

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 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Reggeli

Ebéd

Uzsonna

Vacsora

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Citromos tea Lapka sajt (7) Delma joghurtos margarin (7) Vizes zsemle (1) EN:458 ZS:10,2 TZS:3,5 FH:13,0 SZH:75,9 CK:15,5 SO:0,5	Tej 1,5% (7) Fahéjas kifli (1;3;7) EN:368 ZS:8,9 TZS:2,1 FH:13,5 SZH:56,7 CK:18,5 SO:0,9	Gyümölcsös tea Zöldséges szelet Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:357 ZS:13,0 TZS:3,5 FH:6,9 SZH:50,6 CK:13,0 SO:2,0	Limonádé Sertéspárizsi (6) Ráma csészés (7) Rozsos kenyér (1;5;8;11) EN:367 ZS:19,9 TZS:6,7 FH:10,4 SZH:40,8 CK:13,0 SO:1,1	Mézes tea Főtt tojáskarika (3) Liga maragrin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom EN:365 ZS:12,5 TZS:3,1 FH:11,3 SZH:49,3 CK:11,8 SO:1,3
Zöldborsóleves (1;12) Csirkepaprikás (1;7;12) Galuska (1;3) Szilva EN:996 ZS:43,5 TZS:11,4 FH:31,3 SZH:114,3 CK:5,0 SO:4,7	Reszelttészta leves (1;9;12) Sertéspörkölt (1;12) Lencsefőzelék (1;7;10;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) EN:962 ZS:38,6 TZS:7,2 FH:45,1 SZH:97,3 CK:4,7 SO:4,9	Vegyes gyümölcsleves (1;7) Fokhagymás aprópecsenye (12) Petrezselymes burgonya (7;12) Csemegeuborka diab (10) * EN:627 ZS:17,9 TZS:5,1 FH:26,9 SZH:82,0 CK:20,3 SO:5,9	Hamis gulyásleves (1;9;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Húsgombóc (3;12) Paradicsommártás (1;9) Főtt burgonya mártáshoz (12) EN:905 ZS:23,3 TZS:5,7 FH:28,5 SZH:137,4 CK:20,8 SO:6,1	Fejttettableves (1;7;9;12) Bolognai spagetti (1;12) Alma Sajtszórat (7) Fehér kenyér (1;6) EN:947 ZS:33,1 TZS:12,6 FH:39,9 SZH:116,1 CK:9,3 SO:6,4
Kefír (7) kifli tejes (1;7) EN:117 ZS:0,9 TZS:0,5 FH:3,6 SZH:23,0 CK:1,1 SO:0,4	Müzliszelet pirosgyümölcsös hozzáadott cukor nélküli (1;6) * EN:13 ZS:0,3 TZS:0,1 FH:0,2 SZH:3,0 CK:0,3 SO:0,0	Nektarin EN:39 ZS: TZS: FH:0,3 SZH:9,1 CK: SO:	Delma light margarin Vizes zsemle (1) EN:343 ZS:5,4 TZS:1,3 FH:9,6 SZH:62,0 CK:1,9 SO:0,2	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:
Zöldséges vagdalt (1;3;12) Főtt burgonya (12) Káposztasaláta EN:667 ZS:26,9 TZS:6,8 FH:25,8 SZH:73,7 CK:9,8 SO:4,8	Gyümölcsös tea Főtt virsli (6) Mustár (10) Korpás kenyér (1;6) EN:569 ZS:25,6 TZS:9,2 FH:32,1 SZH:48,5 CK:14,7 SO:5,8	Karalábefőzelék (1;7) Húsgombóc (3;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) EN:643 ZS:28,9 TZS:8,8 FH:23,0 SZH:68,4 CK:13,7 SO:3,0	Magyaros csirkemáj (1) Párolt rizs Almakompót EN:704 ZS:23,0 TZS:3,6 FH:27,1 SZH:96,0 CK:7,9 SO:2,2	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:

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, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.