

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
		Tonhalkrém (4;6;7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Margarinos pogácsa (1;6;7)	Sertéspárizsi Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika
EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:334 ZS:13,0 TZS:3,9 FH:10,0 SZH:42,4 CK:0,6 SO:1,6	EN:216 ZS:13,1 TZS:1,2 FH:4,6 SZH:27,8 CK:3,3 SO:0,6	EN:340 ZS:13,9 TZS:3,8 FH:7,6 SZH:44,0 CK:0,7 SO:1,9
		Csurgatott tojásleves (1;3) Milánói makaróni (1;12) Sajtszórát - Milánói tésztára (7) Alma	Zöldségleves (9;12) Főtt sertéshús Erdei gyümölcsmártás (1;7) Főtt burgonya mártáshoz (12)	Zellerkrémleves (1;7;9;12) Levesgyöngy (1;3;7) Bácskai rizseshús (12) Csemege uborka (10)
EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:621 ZS:22,8 TZS:6,3 FH:27,3 SZH:76,3 CK:3,1 SO:4,2	EN:510 ZS:12,2 TZS:4,5 FH:30,5 SZH:63,1 CK:17,5 SO:3,1	EN:589 ZS:20,9 TZS:6,4 FH:25,3 SZH:74,1 CK:1,4 SO:4,5
		Soproni felvágott Delma multivitaminos margarin Tejes kifli (1;7)	Túrókrém pritaminpaprikás (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldhagyma	Epres joghurt (7) Tejes kifli (1;7)
EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:238 ZS:12,4 TZS:4,4 FH:7,2 SZH:24,0 CK:1,5 SO:1,1	EN:342 ZS:13,2 TZS:5,1 FH:7,8 SZH:43,6 CK:1,3 SO:1,4	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, szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Szendvicssonka Delma joghurtos margarin (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:308 ZS:10,2 TZS:2,3 FH:8,4 SZH:43,6 CK:1,2 SO:2,0	Csirkemáj pástétom (7;10) Vizes zsemle (1) EN:219 ZS:5,7 TZS:1,6 FH:8,9 SZH:31,7 CK:1,0 SO:0,2	Túrókrém kapros (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka EN:278 ZS:6,0 TZS:2,0 FH:9,4 SZH:44,0 CK:1,7 SO:1,9	Fahéjas kifli (1;3;7) EN:268 ZS:5,9 TZS:0,1 FH:7,7 SZH:47,5 CK:9,3 SO:0,8	Baromfipárizsi Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom EN:332 ZS:13,1 TZS:3,3 FH:7,7 SZH:43,7 CK:0,9 SO:1,9
Legényfogó leves (1;7;9;12) Krumplisztészta (1;12) EN:595 ZS:17,5 TZS:3,8 FH:25,4 SZH:79,5 CK:3,1 SO:4,8	Daragaluskaleves (1;3;9;12) Rácz zöldbab (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma EN:599 ZS:29,2 TZS:8,6 FH:22,7 SZH:62,2 CK:3,2 SO:4,5	Paradicsomleves (1;9;12) Majorannás csirkemáj (1) Petrezselymes burgonya (7;12) Káposzta saláta diab (10) * EN:663 ZS:23,9 TZS:5,2 FH:32,1 SZH:73,2 CK:18,2 SO:3,5	Zöldségleves (9;12) Natúr sertésszelet (1) Sárgaborsó főzelék (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Nektarin EN:689 ZS:23,3 TZS:4,6 FH:33,9 SZH:80,1 CK:2,3 SO:3,3	Vegyes gyümölcsleves (1;7) Pásterbulgur (1;12) Csemege uborka (10) EN:657 ZS:27,5 TZS:8,4 FH:20,8 SZH:79,0 CK:24,8 SO:3,3
Sárgarépás sajtkrém (7) Félbarna kenyér (1) Póréhagyma EN:254 ZS:7,2 TZS:3,2 FH:7,7 SZH:37,9 CK:2,1 SO:0,4	Kockasajt, sonkás (7) Tejes kifli (1;7) EN:150 ZS:3,5 TZS:2,2 FH:5,3 SZH:23,8 CK:1,8 SO:0,5	Löncshús Fejessaláta Vizes zsemle (1) EN:202 ZS:4,2 TZS:1,5 FH:8,1 SZH:31,8 CK:1,2 SO:0,6	Zöldfűszeres vajkrém (7) Félbarna kenyér (1) EN:290 ZS:11,5 TZS:6,9 FH:7,3 SZH:38,0 CK:1,4 SO:0,3	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 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tavaszi felvágott Delma margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika	Tojáskrém (3;7;10) Magvas kenyér (1;6) Zöldhagyma	Kockasajt, natúr (7) Tejes kifli (1;7)	Alma - áfonya lekvár Delma multivitaminos margarin Kakaós foszlós kalács (1;3;6;7)	Körözött tehéntúróból (7) Vizes zsemle (1) Rágórépa
EN:340 ZS:13,2 TZS:4,1 FH:8,6 SZH:44,3 CK:0,8 SO:2,1	EN:292 ZS:10,9 TZS:3,6 FH:10,7 SZH:34,2 CK:0,7 SO:1,5	EN:148 ZS:3,3 TZS:2,0 FH:4,6 SZH:24,4 CK:1,9 SO:0,5	EN:312 ZS:11,3 TZS:3,7 FH:6,1 SZH:48,1 CK:16,2 SO:0,5	EN:263 ZS:8,6 TZS:4,2 FH:10,2 SZH:34,9 CK:2,1 SO:0,2
Gulyásleves (9;12) Tejbedara (1;7) Kakaósórat Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1)	Köménymagos rántottleves (1) Piritott zsemlekočka (1) Vagdalt pogácsa - baromfi (1;3;6;8;11;12) Tökfőzelék (1;7) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Körte	Zöldséges lebbencsleves (1;9;12) Rántott borda (1;3) Párolt rizs Uborkasaláta	Zöldborsóleves (1;12) Vajasgaluska (1;3;7) Vagdalt pogácsa (1;3;6;8;11;12) Spenót mártás (1;7;12) Főtt burgonya mártáshoz (12)	Zöldségkrémleves (1;12) Levesgyöngy (1;3;7) Sárgarépas sajtkrém (7) Sajtsórat (7)
EN:768 ZS:25,5 TZS:9,5 FH:23,7 SZH:103,0 CK:42,5 SO:3,0	EN:871 ZS:51,6 TZS:9,9 FH:20,7 SZH:76,1 CK:4,8 SO:4,1	EN:990 ZS:44,0 TZS:6,5 FH:29,2 SZH:117,1 CK:6,9 SO:3,6	EN:830 ZS:52,1 TZS:11,9 FH:22,9 SZH:61,4 CK:4,5 SO:4,2	EN:307 ZS:15,8 TZS:7,6 FH:9,3 SZH:15,1 CK:2,0 SO:2,4
Tökmagos vajkrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Mátrai diákcsemege Delma multivitaminos margarin Vizes zsemle (1)	Fokhagymás szelet Delma joghurtos margarin (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Sajtkrém, natúr (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom	Abaúj natúr joghurt 100g (7) Teljeskiőrlésű kifli (1;6)
EN:336 ZS:14,1 TZS:6,9 FH:5,9 SZH:44,5 CK:1,3 SO:1,6	EN:376 ZS:22,7 TZS:8,3 FH:10,3 SZH:32,1 CK:1,1 SO:1,3	EN:341 ZS:14,6 TZS:4,4 FH:7,7 SZH:42,9 CK:0,6 SO:2,0	EN:272 ZS:6,6 TZS:2,5 FH:6,0 SZH:44,7 CK:2,1 SO:1,8	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
Vajkrém, magyaros (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Zala felvágott Delma margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Olasz felvágott Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika	Füstölt-tarjás szendvicskrém (7) Félbarna kenyér (1)	Tonhalkrém (4;6;7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom
EN:328 ZS:13,5 TZS:7,0 FH:5,4 SZH:44,2 CK:1,3 SO:1,6	EN:323 ZS:12,0 TZS:3,5 FH:8,6 SZH:43,0 CK:0,8 SO:2,1	EN:353 ZS:14,9 TZS:4,1 FH:8,7 SZH:44,0 CK:0,7 SO:2,1	EN:247 ZS:6,1 TZS:3,0 FH:9,5 SZH:37,2 CK:1,2 SO:0,8	EN:339 ZS:13,1 TZS:3,9 FH:10,2 SZH:43,2 CK:0,6 SO:1,6
Rozmaringos pulykaraguleves (1;9;12) Sajtos-tejfölös spagetti (1;7)	Kertészleves gazdagon (1;9;12) Rakott brokkoli (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Körte	Gombakrémleves (1;7) Szárnas ragu Vitál módra (1;7) Párolt rizs	Reszelttészta leves (1;9;12) Sült debreceni Zöldborsófőzelék (1;7) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Szilva	Magyaros zellerleves (1;9;12) Gyrosos sertéshús Főtt burgonya (12) Uborkasaláta
EN:435 ZS:16,3 TZS:5,0 FH:18,9 SZH:51,9 CK:3,1 SO:2,1	EN:671 ZS:31,0 TZS:10,6 FH:22,6 SZH:71,9 CK:6,7 SO:3,7	EN:651 ZS:23,8 TZS:6,6 FH:21,8 SZH:84,5 CK:3,8 SO:2,3	EN:779 ZS:40,5 TZS:11,1 FH:25,8 SZH:74,9 CK:11,5 SO:4,2	EN:557 ZS:19,6 TZS:3,1 FH:25,0 SZH:63,9 CK:7,0 SO:4,3
Csirkemellsonka Delma multivitaminos margarin Vizes zsemle (1) Lilahagyma	Sajtkrém, zöldfűszeres (7) Félbarna kenyér (1)	Kockasajt, natúr (7) Tejes kifli (1;7)	Vajas méz (7) Fehér kenyér (1;6)	Abaúj barackos joghurt 100g (7) Tejes kifli (1;7)
EN:241 ZS:7,7 TZS:2,0 FH:8,9 SZH:33,2 CK:1,0 SO:0,6	EN:229 ZS:4,6 TZS:2,4 FH:7,7 SZH:37,7 CK:2,2 SO:0,5	EN:148 ZS:3,3 TZS:2,0 FH:4,6 SZH:24,4 CK:1,9 SO:0,5	EN:339 ZS:10,6 TZS:4,6 FH:7,9 SZH:52,6 CK:12,2 SO:1,4	EN:177 ZS:2,4 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, szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Májusi csemege (6) Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Szendvicskrém vegyesfelvágottból (7) Rozsos kenyér (1;5;8;11) Tv paprika	Sajtkrém, natúr (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom	Barack lekvár Liga margarin Korpás zsemle (1)	Baromfipárizsi Delma multivitaminos margarin Vizes zsemle (1) Lilahagyma
EN:334 ZS:13,9 TZS:4,3 FH:7,5 SZH:42,9 CK:0,8 SO:2,0	EN:315 ZS:14,3 TZS:6,0 FH:8,0 SZH:31,0 CK:2,8 SO:0,6	EN:272 ZS:6,6 TZS:2,5 FH:6,0 SZH:44,7 CK:2,1 SO:1,8	EN:255 ZS:3,9 TZS:0,9 FH:5,2 SZH:47,0 CK:16,4 SO:0,7	EN:265 ZS:10,8 TZS:3,2 FH:7,9 SZH:33,1 CK:1,2 SO:0,6
Palócleves pulykahúsból (1;7;10;12) Mákosléves (1) Szilva	Csontleves (1;9;12) Vagdalt pogácsa (1;3;6;8;11;12) Lencsefőzelék (1;7;10;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1)	Reszelttészta leves (1;9;12) Miskolci sertésapró (1) Párolt rizs	Magyaros burgonyaleves (1;9;12) Sült debreceni Tejszínes kerti főzelék (1;7) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma	Brokkoli krémleves (1;7;12) Levesgyöngy (1;3;7) Húsos-halás penne sajttal (1;4)
EN:598 ZS:18,0 TZS:4,2 FH:23,1 SZH:84,1 CK:8,0 SO:5,4	EN:1021 ZS:52,3 TZS:10,2 FH:39,3 SZH:87,8 CK:4,4 SO:2,0	EN:661 ZS:25,2 TZS:3,6 FH:24,1 SZH:84,1 CK:0,4 SO:2,4	EN:746 ZS:40,4 TZS:11,1 FH:20,6 SZH:70,8 CK:9,5 SO:4,4	EN:556 ZS:21,7 TZS:7,6 FH:21,1 SZH:67,1 CK:7,1 SO:2,9
Sonkakrém (7) Félbarna kenyér (1)	Túrókrém zöldhagymás (7) Császárszemle (1;6)	Sajtos tavaszi rúd (6;7) Delma multivitaminos margarin Vizes zsemle (1)	Házi sertés húskrém Félbarna kenyér (1)	Epres joghurt (7) Tejes kifli (1;7)
EN:277 ZS:10,3 TZS:4,4 FH:8,5 SZH:36,7 CK:0,7 SO:0,2	EN:218 ZS:5,9 TZS:2,8 FH:9,9 SZH:30,9 CK:0,9 SO:1,3	EN:250 ZS:9,5 TZS:2,8 FH:8,1 SZH:31,8 CK:1,1 SO:0,5	EN:233 ZS:4,5 TZS:1,0 FH:10,2 SZH:36,3 CK:0,8 SO:0,1	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, szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.