

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Vajkrém, natúr (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Citromos tea	Csokoládés gabonagolyó (1;6;7) Tej 1,5% (7)	Tonhalkrém (4;6;7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Limonádé	Margarinos pogácsa (1;6;7) Karamellás tej (7)	Sertéspárizsi Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika Gyümölcsös tea
EN:264 ZS:9,3 TZS:4,7 FH:4,0 SZH:39,2 CK:7,1 SO:1,2	EN:50 ZS:1,5 TZS:1,0 FH:2,9 SZH:4,6 CK:4,6 SO:0,0	EN:296 ZS:9,8 TZS:2,9 FH:7,5 SZH:42,1 CK:10,6 SO:1,2	EN:328 ZS:14,6 TZS:2,2 FH:7,5 SZH:47,4 CK:22,9 SO:0,6	EN:281 ZS:10,2 TZS:2,8 FH:5,9 SZH:39,4 CK:6,6 SO:1,5
Kelkáposztaleves rudacskaival (1;7;12) Darásmetélt (1) Barack lekvár	Kacsacsontleves (1;9;12) Durumtészta levesbetét (1) Csirkepörkölt (1;12) Karlábéféőzelék (1;7) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1)	Csurgatott tojásleves (1;3) Milánói makaróni (1;12) Sajtszórát - Milánói tészta (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:583 ZS:22,5 TZS:5,8 FH:14,2 SZH:78,8 CK:22,0 SO:3,7	EN:566 ZS:29,0 TZS:5,6 FH:23,4 SZH:47,9 CK:10,1 SO:3,7	EN:500 ZS:19,1 TZS:5,0 FH:21,3 SZH:62,2 CK:2,4 SO:3,3	EN:425 ZS:10,0 TZS:3,7 FH:25,1 SZH:53,4 CK:14,8 SO:2,5	EN:502 ZS:17,9 TZS:5,4 FH:21,5 SZH:63,1 CK:1,2 SO:3,7
Trappista sajt (7) Delma joghurtos margarin (7) Vizes zsemle (1) Kígyóuborka	Sonkakrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom	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:296 ZS:13,0 TZS:6,4 FH:12,5 SZH:31,5 CK:0,9 SO:0,4	EN:251 ZS:10,3 TZS:3,8 FH:5,4 SZH:33,0 CK:0,5 SO:1,1	EN:197 ZS:8,6 TZS:3,1 FH:6,0 SZH:23,7 CK:1,4 SO:0,8	EN:267 ZS:11,0 TZS:4,4 FH:6,1 SZH:32,8 CK:1,1 SO:1,0	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 - Rákkfélek; 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) Tej 1,5% (7) EN:278 ZS:8,7 TZS:2,6 FH:9,4 SZH:37,3 CK:5,5 SO:1,6	Csirkemáj pástétom (7;10) Vizes zsemle (1) Gyümölcsös tea EN:236 ZS:5,0 TZS:1,4 FH:8,3 SZH:37,7 CK:7,1 SO:0,1	Túrókrém kapros (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka Citromos tea EN:241 ZS:4,8 TZS:1,7 FH:7,6 SZH:39,4 CK:7,6 SO:1,5	Fahéjas kifli (1;3;7) Kakaó (7) EN:359 ZS:8,3 TZS:1,6 FH:11,7 SZH:58,7 CK:20,0 SO:0,9	Baromfipárizsi Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom Karamellás tej (7) EN:360 ZS:11,1 TZS:3,4 FH:8,9 SZH:52,6 CK:20,3 SO:1,5
Legényfogó leves (1;7;9;12) Krumplistészta (1;12) EN:478 ZS:14,0 TZS:3,0 FH:20,7 SZH:63,9 CK:2,6 SO:3,9	Daragaluskaleves (1;3;9;12) Rakott zöldbab (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma EN:604 ZS:31,6 TZS:9,6 FH:19,0 SZH:63,7 CK:4,0 SO:4,2	Paradicsomleves (1;9;12) Rántott borda (1;3) Petrezselymes burgonya (7;12) Káposzta saláta diab (10) * EN:718 ZS:32,8 TZS:5,5 FH:22,7 SZH:77,5 CK:14,3 SO:3,7	Zöldségleves (9;12) Natúr sertésszelet (1) Sárgaborsó főzelék (1;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Nektarin EN:538 ZS:18,5 TZS:3,7 FH:27,0 SZH:61,2 CK:1,8 SO:2,5	Vegyes gyümölcsleves (1;7) Pásterbulgur (1;12) Csemege uborka (10) EN:545 ZS:23,3 TZS:7,1 FH:17,6 SZH:64,1 CK:19,1 SO:2,7
Sárgarépás sajtkrém (7) Félbarna kenyér (1) Póréhagyma EN:181 ZS:5,2 TZS:2,2 FH:5,5 SZH:27,0 CK:1,5 SO:0,3	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:190 ZS:3,5 TZS:1,2 FH:7,3 SZH:31,4 CK:1,1 SO:0,5	Zöldfűszeres vajkrém (7) Félbarna kenyér (1) EN:202 ZS:7,7 TZS:4,6 FH:5,2 SZH:27,1 CK:1,0 SO:0,2	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
Tavaszi felvágott Delma margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika Tej 1,5% (7) EN:297 ZS:10,6 TZS:3,7 FH:9,1 SZH:38,0 CK:5,2 SO:1,6	Tojáskrém (3;7;10) Magvas kenyér (1;6) Zöldhagyma Mézes tea EN:233 ZS:7,8 TZS:2,5 FH:8,0 SZH:30,1 CK:6,1 SO:1,1	Kockasajt, natúr (7) Tejes kifli (1;7) Citromos tea EN:175 ZS:3,3 TZS:2,0 FH:4,6 SZH:30,6 CK:8,1 SO:0,5	Alma - áfonya lekvár Delma multivitaminos margarin Kakaós foszlós kalács (1;3;6;7) Kakaó (7) EN:313 ZS:10,1 TZS:4,1 FH:8,3 SZH:45,9 CK:22,7 SO:0,5	Körözött tehéntúróból (7) Vizes zsemle (1) Rágórépa Gyümölcsös tea EN:272 ZS:7,4 TZS:3,6 FH:9,4 SZH:40,0 CK:8,1 SO:0,2
Gulyásleves (9;12) Tejbedara (1;7) Kakaósízot Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) EN:616 ZS:21,3 TZS:7,8 FH:19,4 SZH:80,4 CK:33,5 SO:2,4	Köménymagos rántottleves (1) Piritott zsemle (1) Vagdalt pogácsa - baromfi (1;3;6;8;11;12) Tökfőzelék (1;7) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Körte EN:674 ZS:42,3 TZS:8,0 FH:16,8 SZH:52,9 CK:2,9 SO:3,2	Zöldséges lebbencsleves (1;9;12) Magyaros csirkemáj (1) Párolt rizs Uborkasaláta EN:595 ZS:20,4 TZS:3,0 FH:21,2 SZH:80,2 CK:4,6 SO:2,5	Zöldborsóleves (1;12) Vajasgaluska (1;3;7) Sült bécsi rudacska Spenót mártás (1;7;12) Főtt burgonya mártáshoz (12) EN:507 ZS:26,2 TZS:8,7 FH:16,2 SZH:47,9 CK:3,4 SO:3,8	Zöldségkrémleves (1;12) Levesgyöngy (1;3;7) Sárgarépás sajtkrém (7) Sajtszót (7) EN:254 ZS:12,5 TZS:5,9 FH:7,3 SZH:13,4 CK:1,6 SO:2,0
Tökmagos vajkrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:252 ZS:10,6 TZS:5,2 FH:4,4 SZH:33,4 CK:1,0 SO:1,2	Mátrai diákcsemege Delma multivitaminos margarin Vizes zsemle (1) EN:302 ZS:15,4 TZS:5,5 FH:8,5 SZH:31,8 CK:1,0 SO:0,9	Fokhagymás szelet Delma joghurtos margarin (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:255 ZS:10,8 TZS:3,3 FH:5,9 SZH:32,2 CK:0,5 SO:1,5	Sajtkrém, natúr (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom EN:201 ZS:4,7 TZS:1,7 FH:4,5 SZH:33,6 CK:1,5 SO:1,3	Abaúj natúr joghurt 100g (7) Teljeskiőrlésű kifli (1;6) 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) Tej 1,5% (7)	Zala felvágott Delma margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Gyümölcsös tea	Olasz felvágott Delma multivitaminos margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika Kakaó (7)	Füstölt-tarjás szendvicskrém (7) Félbarna kenyér (1) Citromos tea	Tonhalkrém (4;6;7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom Citromos tea
EN:288 ZS:10,8 TZS:5,7 FH:6,9 SZH:37,6 CK:5,5 SO:1,2	EN:260 ZS:8,3 TZS:2,3 FH:6,1 SZH:38,4 CK:6,7 SO:1,5	EN:348 ZS:12,5 TZS:4,3 FH:10,2 SZH:44,4 CK:11,2 SO:1,6	EN:212 ZS:5,0 TZS:2,6 FH:7,2 SZH:32,9 CK:7,1 SO:0,7	EN:282 ZS:9,8 TZS:2,9 FH:7,7 SZH:38,8 CK:6,6 SO:1,2
Rozmaringos pulykaraguleves (1;9;12) Sajtos-tejfölös spagetti (1;7)	Kertészleves gazdagon (1;9;12) Sült debreceni Zöldborsófőzelék (1;7) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Körte	Gombakrémleves (1;7) Szárnys ragu Vitál módra (1;7) Párolt rizs	Reszelttészta leves (1;9;12) Rakott brokkoli (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Szilva	Magyaros zellerleves (1;9;12) Gyrosos sertéshús Főtt burgonya (12) Uborkasaláta
EN:380 ZS:14,7 TZS:4,8 FH:16,3 SZH:44,6 CK:2,8 SO:1,8	EN:526 ZS:24,1 TZS:7,1 FH:19,1 SZH:56,0 CK:7,5 SO:3,1	EN:544 ZS:19,6 TZS:5,6 FH:18,5 SZH:70,8 CK:3,2 SO:1,9	EN:612 ZS:31,8 TZS:9,7 FH:19,4 SZH:58,9 CK:7,4 SO:3,2	EN:454 ZS:16,7 TZS:2,7 FH:20,8 SZH:50,0 CK:5,3 SO:3,6
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:218 ZS:5,5 TZS:1,4 FH:8,1 SZH:33,1 CK:1,0 SO:0,5	EN:161 ZS:3,1 TZS:1,6 FH:5,5 SZH:26,9 CK:1,5 SO:0,3	EN:148 ZS:3,3 TZS:2,0 FH:4,6 SZH:24,4 CK:1,9 SO:0,5	EN:268 ZS:9,0 TZS:4,0 FH:6,0 SZH:40,7 CK:10,4 SO:1,0	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) Gyümölcsös tea EN:275 ZS:10,2 TZS:3,2 FH:5,8 SZH:38,3 CK:6,7 SO:1,5	Szendvicskrém vegyesfelvágottból (7) Rozsos kenyér (1;5;8;11) Tv paprika Gyümölcsös tea EN:247 ZS:9,7 TZS:4,0 FH:5,7 SZH:28,6 CK:8,1 SO:0,4	Sajtkrém, natúr (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom Citromos tea EN:228 ZS:4,7 TZS:1,7 FH:4,5 SZH:39,8 CK:7,6 SO:1,3	Barack lekvár Liga margarin Korpás zsemle (1) Tejeskávé (1;7) EN:381 ZS:4,4 TZS:1,6 FH:8,3 SZH:72,1 CK:40,9 SO:0,7	Baromfipárizsi Delma multivitaminos margarin Vizes zsemle (1) Lilahagyma Gyümölcsös tea EN:263 ZS:8,0 TZS:2,3 FH:7,3 SZH:39,2 CK:7,3 SO:0,5
Palócleves pulykahúsból (1;7;10;12) Mákosléves (1) Szilva EN:522 ZS:15,4 TZS:3,6 FH:19,9 SZH:74,1 CK:7,4 SO:4,6	Csontleves (1;9;12) Sültkolbász Lencsefőzelék (1;7;10;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) EN:618 ZS:28,9 TZS:9,9 FH:22,9 SZH:60,3 CK:3,1 SO:1,6	Reszelttészta leves (1;9;12) Miskolci sertésapró (1) Párolt rizs EN:552 ZS:20,8 TZS:3,0 FH:20,5 SZH:70,5 CK:0,3 SO:2,0	Magyaros burgonyaleves (1;9;12) Vagdalt pogácsa - baromfi (1;3;6;8;11;12) Tejszínes kerti főzelék (1;7) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma EN:699 ZS:39,1 TZS:6,5 FH:18,2 SZH:62,7 CK:8,0 SO:3,3	Brokkoli krémleves (1;7;12) Levesgyöngy (1;3;7) Húsos-halás penne sajttal (1;4) EN:472 ZS:18,2 TZS:6,3 FH:17,8 SZH:57,4 CK:6,0 SO:2,3
Sonkakrém (7) Félbarna kenyér (1) EN:211 ZS:8,7 TZS:3,7 FH:6,4 SZH:26,3 CK:0,5 SO:0,2	Túrókrém zöldhagymás (7) Császárszemle (1;6) EN:204 ZS:5,1 TZS:2,2 FH:8,6 SZH:30,6 CK:0,8 SO:1,2	Sajtos tavaszi rúd (6;7) Delma multivitaminos margarin Vizes zsemle (1) EN:223 ZS:7,0 TZS:2,0 FH:7,5 SZH:31,6 CK:1,1 SO:0,4	Házi sertés húskrém Félbarna kenyér (1) EN:173 ZS:3,7 TZS:0,9 FH:7,8 SZH:25,9 CK:0,5 SO:0,1	Epres joghurt (7) Tejes kifli (1;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, szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.