

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Vajkrém, natúr (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka	Szendvicskrém vegyesfelvágottból (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek	Sertéspárizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Tojáskrém (3;7;10) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Csirkemellsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom
EN:178 ZS:5,4 TZS:2,4 FH:3,5 SZH:27,6 CK:0,6 SO:0,9	EN:273 ZS:13,9 TZS:5,7 FH:5,0 SZH:27,5 CK:0,4 SO:1,2	EN:236 ZS:10,9 TZS:3,4 FH:5,9 SZH:27,2 CK:0,4 SO:1,6	EN:237 ZS:11,3 TZS:3,7 FH:5,7 SZH:26,5 CK:0,4 SO:1,2	EN:207 ZS:6,3 TZS:1,4 FH:7,7 SZH:28,3 CK:0,5 SO:1,6
Fejtett bableves f.hússal (1;7;9) Darásmetélt (1) Lekvár Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1)	Kertészleves gazdagon (1;9;12) Húsgombóc (3;12) Paradicsommártás (1;9) Burgonya féladag (12)	Fahéjas almaleves (1;7) Gombás csirketokány (12) Bulgur (1;7) Vitamin saláta cukorral (1;10;12)	Csontleves (1;9;12) Durumtészta levesbetét (1) Pulykapörkölt (12) Zöldborsófőzelék (1;7) Félbarna kenyér - féladag (1) Alma	Tejszínes hagymakrémleves (1;7;12) Piritott zsemlekocka (1) Panírozott halszelet (1;3;4;10) Párolt rizs Tartármamártás (3;7;10)
EN:927 ZS:23,4 TZS:6,8 FH:24,8 SZH:147,7 CK:49,8 SO:4,2	EN:859 ZS:32,3 TZS:6,6 FH:25,0 SZH:112,7 CK:26,1 SO:5,1	EN:815 ZS:31,6 TZS:8,6 FH:27,9 SZH:101,9 CK:29,4 SO:3,1	EN:1183 ZS:55,9 TZS:10,9 FH:41,6 SZH:122,9 CK:35,4 SO:3,1	EN:1135 ZS:63,7 TZS:11,9 FH:25,0 SZH:110,3 CK:9,5 SO:4,3
Májusi csemege (6) Margarin Vizes zsemle (1)	Mixxel szórt croissant (1;6;7)	Körözött tehéntúróból (7) Fehér kenyér (1;6) Tv paprika	Margarin Foszlós kalács (1;3;6;7;8;11;13)	Abaúj barackos joghurt 100g (7) Tejes kifli (1;7)
EN:249 ZS:9,7 TZS:3,9 FH:8,1 SZH:31,5 CK:1,1 SO:0,8	EN:203 ZS:13,0 TZS:3,9 FH:7,4 SZH:19,4 CK:3,2 SO:0,1	EN:250 ZS:9,4 TZS:4,7 FH:11,1 SZH:28,6 CK:1,8 SO:1,1	EN:176 ZS:6,7 TZS:2,4 FH:4,2 SZH:26,0 CK:4,2 SO:0,4	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
Vajkrém, magyaros (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Briós (1;3;6;7)	Sajtkrém, zöldfűszeres (7) Teljes kiőrlésű zsemle (1;6) Paradicsom		
EN:175 ZS:5,4 TZS:2,4 FH:3,2 SZH:27,1 CK:0,6 SO:0,9	EN:164 ZS:4,3 TZS:1,5 FH:4,4 SZH:28,4 CK:4,7 SO:0,3	EN:218 ZS:5,9 TZS:3,2 FH:7,7 SZH:34,4 CK:2,7 SO:1,4	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:
Gulyásleves (9;12) Túrós csusza (1;7) Tejföl (7) Fehér kenyér - félada (1;6) Alma	Daragaluskaleves (1;3;9;12) Rakott zöldbab (1;7) Teljes kiőrlésű kenyér - félada (1)	Brokkoli krémleves (1;7;12) Levesgyöngy (1;3;7) Gyros-os csirke Főtt burgonya (12) Csalamádé (10;12)		
EN:1004 ZS:48,9 TZS:15,9 FH:38,7 SZH:96,1 CK:5,9 SO:4,0	EN:872 ZS:48,3 TZS:14,3 FH:28,7 SZH:83,8 CK:5,4 SO:5,5	EN:969 ZS:61,5 TZS:18,6 FH:27,6 SZH:68,2 CK:4,3 SO:4,1	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:
Olasz felvágott Margarin Fehér kenyér (1;6)	Zala felvágott Margarin Vizes zsemle (1) Póréhagyma	Pizzás csiga (1;6;7)		
EN:229 ZS:9,5 TZS:3,2 FH:8,5 SZH:26,3 CK:0,5 SO:1,6	EN:271 ZS:9,8 TZS:3,3 FH:9,8 SZH:35,1 CK:1,1 SO:0,8	EN:196 ZS:9,0 TZS:0,7 FH:3,6 SZH:24,3 CK:1,8 SO:0,2	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	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 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
		Lekváros táska (1;6)	Tonhalkrém (4;6;7) Fehér kenyér (1;6)	Petrezselymes tojáskrém (3;7;10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Hónapos retek
EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:167 ZS:8,3 TZS:3,9 FH:3,2 SZH:26,1 CK:8,2 SO:0,1	EN:273 ZS:12,5 TZS:4,0 FH:13,7 SZH:25,7 CK:0,4 SO:1,3	EN:288 ZS:16,4 TZS:5,7 FH:6,3 SZH:27,5 CK:0,9 SO:1,2
		Paradicsomleves (1;9;12) Csirkepörkölt (1;12) Zöldséges rizs Csemege uborka (10)	Zöldséges tarhonyaleves (1;9;12) Rakottburgonya kolbásszal (1;3;7;12)	Spenótkrémleves (1;7;12) Levesgyöngy (1;3;7) Fokhagymás aprópecsenye (12) Kuszkusz (1;7)
EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:886 ZS:29,1 TZS:4,0 FH:29,0 SZH:124,8 CK:37,8 SO:4,7	EN:918 ZS:54,9 TZS:21,0 FH:33,1 SZH:66,1 CK:3,0 SO:3,6	EN:1038 ZS:62,9 TZS:10,4 FH:31,1 SZH:86,7 CK:9,4 SO:3,9
		Sonkakrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika	Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka	Abaúj kefir (7) Tejes kifli (1;7)
EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:253 ZS:12,5 TZS:5,0 FH:5,6 SZH:28,5 CK:0,4 SO:1,0	EN:243 ZS:10,9 TZS:3,4 FH:7,1 SZH:27,6 CK:0,5 SO:1,6	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
Löncshús Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Dejós búrkifli (1;6;8)	Kenőmájas (6) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom	Margarin Sós kalács (1;3;6;7)	Vajas méz (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)
EN:221 ZS:9,1 TZS:2,7 FH:6,5 SZH:26,9 CK:0,7 SO:1,7	EN:237 ZS:10,8 TZS:4,2 FH:3,8 SZH:24,4 CK:10,7 SO:0,2	EN:232 ZS:9,7 TZS:3,2 FH:7,3 SZH:27,8 CK:0,4 SO:1,3	EN:176 ZS:6,5 TZS:2,4 FH:5,6 SZH:24,3 CK:1,5 SO:0,5	EN:288 ZS:13,1 TZS:5,4 FH:3,0 SZH:39,7 CK:13,5 SO:0,9
Sertés raguleves (1;9;12) Tejbedara (1;7) Kakaószórat	Libacsontleves csigatésztával (1;3;9;12) Sült bécsi rudacska Lencsefőzelék (1;7;10;12) Fehér kenyér - féladag (1;6)	Zöldborsóleves (1;12) Csirkepaprikás (1;7;12) Durumtészta (1)	Zelleres burgonyaleves (1;9;12) Pulykapörkölt (12) Tökfőzelék (1;7) Félbarna kenyér - féladag (1)	Fokhagymakrémleves (1;7;12) Levesgyöngy (1;3;7) Rántott csirkemell (1;3;7) Párolt rizs Alma
EN:897 ZS:33,3 TZS:9,9 FH:27,4 SZH:114,5 CK:65,9 SO:2,3	EN:937 ZS:44,0 TZS:10,0 FH:40,9 SZH:84,2 CK:4,2 SO:3,2	EN:1045 ZS:65,0 TZS:12,8 FH:27,8 SZH:84,4 CK:4,0 SO:3,5	EN:1005 ZS:55,8 TZS:12,1 FH:30,9 SZH:89,9 CK:11,7 SO:4,5	EN:1065 ZS:50,1 TZS:9,1 FH:32,0 SZH:120,0 CK:2,7 SO:4,8
Vajkrém, natúr (7) Vizes zsemle (1) Tv paprika	Túrókrém kapros (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka	Kedvenc Ízek Pulykapárizsi füst ízesítéssel Vizes zsemle (1)	Kolbászkрем (7) Teljeskiőrlésű kifli (1;6) Lilahagyma	Abaúj natúr joghurt 100g (7) Tejes kifli (1;7)
EN:197 ZS:4,2 TZS:2,3 FH:5,5 SZH:33,0 CK:1,2 SO:0,1	EN:202 ZS:5,3 TZS:2,2 FH:8,4 SZH:28,4 CK:1,7 SO:1,5	EN:227 ZS:7,0 TZS:2,3 FH:8,7 SZH:31,6 CK:1,0 SO:0,7	EN:340 ZS:21,3 TZS:9,2 FH:10,3 SZH:28,0 CK:0,6 SO:1,1	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 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.