

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Gyümölcsös tea (12)	Tej 1,5% (7)	Gyümölcsös tea (12)	Abaúj barackos joghurt 100g (7)	Citromos tea (12)
EN:53 ZS:0,0 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:12,3 CK:12,3 SO:0,0	EN:100 ZS:3,0 TZS:2,0 FH:5,8 SZH:9,2 CK:9,2 SO:0,1	EN:53 ZS:0,0 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:12,3 CK:12,3 SO:0,0	EN:61 ZS:1,5 TZS:1,0 FH:3,4 SZH:8,4 CK:8,2 SO:0,1	EN:53 ZS:0,0 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:12,4 CK:12,4 SO:0,0
Májusi csemege (6) Margarin Vizes zsemle (1)	Kakaós csiga (1;6)	Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika	Tejes kifli (1;7)	Csirkemellsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)
EN:403 ZS:10,4 TZS:4,0 FH:12,9 SZH:62,5 CK:2,0 SO:0,8	EN:224 ZS:8,6 TZS:4,0 FH:3,8 SZH:31,5 CK:11,5 SO:0,2	EN:207 ZS:5,3 TZS:1,0 FH:4,1 SZH:33,7 CK:0,5 SO:1,1	EN:231 ZS:1,7 TZS:0,9 FH:7,0 SZH:45,9 CK:2,2 SO:0,7	EN:228 ZS:6,6 TZS:1,5 FH:8,0 SZH:32,4 CK:0,6 SO:1,8
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:1008 ZS:24,5 TZS:6,8 FH:25,5 SZH:164,2 CK:57,5 SO:4,3	EN:905 ZS:33,8 TZS:7,1 FH:27,1 SZH:118,2 CK:26,0 SO:5,5	EN:891 ZS:33,6 TZS:9,2 FH:29,6 SZH:114,4 CK:33,2 SO:3,4	EN:1233 ZS:56,6 TZS:11,2 FH:45,4 SZH:129,9 CK:35,7 SO:3,4	EN:1227 ZS:65,5 TZS:12,4 FH:27,3 SZH:126,6 CK:10,1 SO:4,6
Alma	Nápolyi szelet (1;7)	Abaúj kefir (7) Tejes kifli (1;7)	Margarin Vizes zsemle (1)	
EN:25 ZS:0,3 TZS: FH: SZH:5,6 CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:285 ZS:4,7 TZS:2,7 FH:10,0 SZH:49,7 CK:2,2 SO:0,7	EN:334 ZS:4,4 TZS:1,0 FH:9,6 SZH:62,0 CK:1,9 SO:0,1	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:
Paprikásburgonya kolbásszal (1;6;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Csemege uborka (10)	Mexikói csirkés rizs sajttal (7;12)	Húsos zöldséges puffancs (1;3;6;7;10)	Vadasragu sertéshúsból (1;7;10;12) Durumtészta (1)	
EN:746 ZS:39,9 TZS:9,1 FH:21,5 SZH:70,3 CK:2,0 SO:5,5	EN:528 ZS:14,8 TZS:4,5 FH:33,4 SZH:65,4 CK:0,1 SO:2,4	EN:725 ZS:49,0 TZS:13,0 FH:19,6 SZH:53,3 CK:10,6 SO:3,0	EN:680 ZS:24,1 TZS:5,9 FH:32,2 SZH:80,9 CK:6,4 SO:3,0	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.

Reggeli

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Vacsora

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Gyümölcsös tea (12)	Tej 1,5% (7)	Citromos tea (12)		
EN:53 ZS:0,0 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:12,3 CK:12,3 SO:0,0	EN:100 ZS:3,0 TZS:2,0 FH:5,8 SZH:9,2 CK:9,2 SO:0,1	EN:53 ZS:0,0 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:12,4 CK:12,4 SO:0,0	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:
Vajkrém, magyaros (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Mixxel szórt pogácsa (1;3;6;7)	Zala felvágott Margarin Vizes zsemle (1)		
EN:203 ZS:5,8 TZS:2,4 FH:3,8 SZH:32,4 CK:0,7 SO:1,1	EN:216 ZS:14,8 TZS:3,0 FH:6,0 SZH:22,6 CK:0,7 SO:0,6	EN:406 ZS:10,4 TZS:3,4 FH:13,5 SZH:62,6 CK:2,0 SO:0,8	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	Daraguskaleves (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:1107 ZS:52,6 TZS:17,4 FH:42,3 SZH:109,2 CK:6,7 SO:4,5	EN:915 ZS:49,5 TZS:14,7 FH:29,9 SZH:90,9 CK:6,0 SO:6,1	EN:978 ZS:61,5 TZS:18,6 FH:27,9 SZH:69,9 CK:4,5 SO:5,1	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:
Abaúj natúr sajtkrém (7) Vizes zsemle (1)	Kiwi			
EN:370 ZS:4,6 TZS:2,2 FH:13,8 SZH:66,4 CK:5,5 SO:0,6	EN:94 ZS: TZS: FH:1,8 SZH:20,3 CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:
Párizsi sertésszelet (1;3;7) Rizi-bizi	Főtt rudacska Tejes kifli (1;7) Mustár (10)			
EN:856 ZS:47,3 TZS:7,7 FH:31,7 SZH:74,4 CK:1,0 SO:3,1	EN:431 ZS:19,3 TZS:5,7 FH:15,9 SZH:47,3 CK:3,5 SO:2,9	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	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 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
		Gyümölcsös tea (12)	Abaúj kefir (7)	Citromos tea (12)
EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:53 ZS:0,0 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:12,3 CK:12,3 SO:0,0	EN:54 ZS:3,0 TZS:1,8 FH:3,0 SZH:3,8 CK: SO:	EN:53 ZS:0,0 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:12,4 CK:12,4 SO:0,0
		Abaúj natúr sajtkrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Tejes kifli (1;7)	Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)
EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:231 ZS:5,5 TZS:2,3 FH:7,7 SZH:36,2 CK:4,1 SO:1,6	EN:231 ZS:1,7 TZS:0,9 FH:7,0 SZH:45,9 CK:2,2 SO:0,7	EN:267 ZS:11,3 TZS:3,4 FH:7,4 SZH:32,4 CK:0,6 SO:1,8
		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:1017 ZS:35,6 TZS:4,8 FH:32,3 SZH:139,3 CK:43,1 SO:5,2	EN:1032 ZS:61,7 TZS:23,6 FH:37,3 SZH:74,3 CK:3,3 SO:3,9	EN:1098 ZS:64,3 TZS:10,7 FH:34,6 SZH:94,8 CK:10,2 SO:4,3
		Müzliszelet (1;5;6;11;12)	Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	
EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:83 ZS:2,2 TZS:0,9 FH:1,1 SZH:14,6 CK:7,0 SO:0,0	EN:195 ZS:5,3 TZS:1,0 FH:3,5 SZH:31,8 CK:0,5 SO:1,1	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:
		Rác zöldbab (1;7;12) Fehér kenyér - féladag (1;6)	Túrós csusza (1;7) Tejföl (7)	
EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:594 ZS:34,0 TZS:10,4 FH:27,0 SZH:46,6 CK:4,1 SO:3,2	EN:601 ZS:28,2 TZS:11,3 FH:22,4 SZH:60,2 CK:6,3 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, szulfitek; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Reggeli

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Vacsora

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Gyümölcsös tea (12)	Abaúj natúr joghurt 100g (7)	Gyümölcsös tea (12)	Tej 1,5% (7)	Citromos tea (12)
EN:53 ZS:0,0 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:12,3 CK:12,3 SO:0,0	EN:55 ZS:3,0 TZS:1,9 FH:3,3 SZH:3,8 CK:3,8 SO:0,0	EN:53 ZS:0,0 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:12,3 CK:12,3 SO:0,0	EN:100 ZS:3,0 TZS:2,0 FH:5,8 SZH:9,2 CK:9,2 SO:0,1	EN:53 ZS:0,0 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:12,4 CK:12,4 SO:0,0
Löncshús Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Tejes kifli (1;7)	Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom	Lekváros bukta (1;3;6;7)	Kenőmájas (6) Vizes zsemle (1)
EN:267 ZS:10,9 TZS:3,3 FH:8,3 SZH:32,4 CK:0,9 SO:2,1	EN:231 ZS:1,7 TZS:0,9 FH:7,0 SZH:45,9 CK:2,2 SO:0,7	EN:204 ZS:5,3 TZS:1,0 FH:3,9 SZH:33,4 CK:0,5 SO:1,1	EN:154 ZS:3,6 TZS:1,5 FH:3,7 SZH:28,0 CK:7,5 SO:0,2	EN:419 ZS:11,7 TZS:4,2 FH:15,1 SZH:62,1 CK:1,9 SO:0,6
Sertés raguleves (1;9;12) Tejbédara (1;7) Kakaósórat	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:933 ZS:33,9 TZS:10,1 FH:29,2 SZH:120,1 CK:70,9 SO:2,5	EN:963 ZS:44,1 TZS:10,0 FH:41,9 SZH:89,3 CK:4,3 SO:3,4	EN:1147 ZS:67,5 TZS:13,8 FH:32,1 SZH:99,8 CK:4,8 SO:3,7	EN:1018 ZS:56,1 TZS:12,2 FH:33,0 SZH:90,2 CK:11,7 SO:4,7	EN:1185 ZS:55,8 TZS:9,9 FH:35,7 SZH:133,4 CK:2,9 SO:5,5
Barack lekvár Fehér kenyér (1;6)	Fahéjas kifli (1;3;7)	Túródesszert, ízes (6;7)	Alma	
EN:206 ZS:0,6 TZS:0,0 FH:5,9 SZH:42,4 CK:10,7 SO:1,0	EN:268 ZS:5,9 TZS:0,1 FH:7,7 SZH:47,5 CK:9,3 SO:0,8	EN:83 ZS:4,1 TZS:3,3 FH:1,2 SZH:10,2 CK:9,1 SO:0,0	EN:25 ZS:0,3 TZS: FH: SZH:5,6 CK: SO:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:
Sültkolbász Sárgaborsó főzelék (1) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1)	Pizza saját (1;3;6;7)	Zöldséges vagdalt (1;3;12) Főtt burgonya (12) Csemege uborka (10)	Miskolci sertésapró (1) Párolt rizs	
EN:764 ZS:40,2 TZS:13,0 FH:24,7 SZH:71,0 CK:0,5 SO:3,4	EN:563 ZS:20,9 TZS:7,5 FH:24,5 SZH:67,6 CK:9,8 SO:2,7	EN:629 ZS:26,8 TZS:6,8 FH:25,8 SZH:65,3 CK:4,4 SO:4,6	EN:644 ZS:22,7 TZS:3,6 FH:27,0 SZH:82,6 CK: SO:1,8	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számitott 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, szulfitek; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.