

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Vajkrém, magyaros (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Briós (1;3;6;7)	Margarin Finom fonott kalács (1;3;6;7)	Margarinos pogácsa (1;6;7)	Löncshús Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka
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:187 ZS:6,8 TZS:2,5 FH:4,5 SZH:28,2 CK:4,6 SO:0,5	EN:216 ZS:13,1 TZS:1,2 FH:4,6 SZH:27,8 CK:3,3 SO:0,6	EN:225 ZS:9,1 TZS:2,7 FH:6,8 SZH:27,4 CK:0,7 SO:1,7
Húsgaluskaleves (1;3;9;12) Krumplistészta (1;12) Csemege uborka (10)	Tavaszi zöldségleves rizsbetéttel (9;12) Chillisbab (1;6;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma	Csurgatott tojásleves (1;3) Csikós tokány (1;7) Párolt rizs	Tejfölös zöldbableves (1;7;12) Paprikásburgonya kolbásszal (1;6;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Vegyes savanyúság csalamádé (10;12)	Sósakrémleves (1;7) Levesgyöngy (1;3;7) Budapest ragu (1) Bulgur (1;7)
EN:753 ZS:27,7 TZS:5,0 FH:24,4 SZH:98,4 CK:3,7 SO:5,5	EN:1026 ZS:63,0 TZS:11,9 FH:31,8 SZH:78,6 CK:4,4 SO:3,9	EN:782 ZS:36,5 TZS:8,7 FH:29,5 SZH:82,1 CK:0,6 SO:3,2	EN:863 ZS:52,8 TZS:12,7 FH:21,5 SZH:70,6 CK:3,9 SO:4,2	EN:863 ZS:38,3 TZS:10,6 FH:35,1 SZH:91,0 CK:24,8 SO:3,8
Sajtos tavaszi rúd (6;7) Margarin Vizes zsemle (1) Paradicsom	Petrezselymes túrókrém (7) Fehér kenyér (1;6)	Baromfipárizsi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle (1;6) Tv paprika	Abaúj natúr sajtkrém (7) Fehér kenyér (1;6) Jégcsapretek	Kockasajt, natúr (7) Tejes kifli (1;7)
EN:231 ZS:6,7 TZS:2,0 FH:8,4 SZH:32,9 CK:1,1 SO:0,6	EN:206 ZS:5,5 TZS:3,2 FH:10,3 SZH:27,2 CK:2,0 SO:1,6	EN:251 ZS:9,2 TZS:2,8 FH:9,6 SZH:33,1 CK:0,9 SO:1,5	EN:199 ZS:3,8 TZS:2,1 FH:9,5 SZH:30,7 CK:4,0 SO:1,5	EN:181 ZS:5,8 TZS:3,6 FH:5,8 SZH:25,9 CK:2,8 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 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Toust szelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Barack lekvár Teljes kiőrlésű kenyér (1) Margarin	Vajkrém, natúr (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Mixszel szórt kifli (1;7)	Túrókrém kapros (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom
EN:196 ZS:6,2 TZS:1,6 FH:5,0 SZH:28,4 CK:0,6 SO:1,5	EN:191 ZS:4,9 TZS:1,0 FH:2,9 SZH:32,3 CK:5,5 SO:0,9	EN:175 ZS:5,4 TZS:2,4 FH:3,2 SZH:27,1 CK:0,6 SO:0,9	EN:161 ZS:2,0 TZS:0,0 FH:5,2 SZH:29,7 CK:1,5 SO:0,9	EN:205 ZS:5,3 TZS:2,2 FH:8,4 SZH:29,1 CK:1,7 SO:1,5
Bakonyi betyárleves (1;3;7;12) Káposztás kocka (1) Fehér kenyér - féladag (1;6) Alma	Magyaros zellerleves (1;9;12) Rakottburgonya kolbásszal (1;3;7;12)	Paradicsomleves (1;9;12) Bácskai rizseshús (12) Savanyított aprókáposzta	Köménymagos rántottleves (1) Levesgyöngy (1;3;7) Rácz zöldbab (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1)	Zöldségkrémleves (1;12) Napraforgó, hántolt Majorannás csirkemáj (1) Kuszkusz (1;7)
EN:814 ZS:31,7 TZS:8,6 FH:31,1 SZH:96,4 CK:3,5 SO:7,6	EN:948 ZS:57,6 TZS:21,0 FH:33,3 SZH:67,4 CK:2,7 SO:2,9	EN:896 ZS:30,3 TZS:4,4 FH:28,9 SZH:125,0 CK:36,5 SO:4,1	EN:663 ZS:40,6 TZS:11,4 FH:23,7 SZH:51,7 CK:4,2 SO:3,5	EN:980 ZS:49,8 TZS:8,9 FH:37,9 SZH:72,3 CK:2,4 SO:3,7
Szezámamagos vajkrém (7;11) Vizes zsemle (1)	Szendvicsszendvics krém vegyesfelvágottból (7) Vizes zsemle (1) Kígyóuborka	Aro fokhagymás szelet Margarin Félbarna kenyér (1)	Tonhalkrém (4;6;7) Fehér kenyér (1;6) Jégcsapretek	Abaúj kefir (7) Tejes kifli (1;7)
EN:267 ZS:11,9 TZS:6,6 FH:6,0 SZH:32,9 CK:1,6 SO:0,3	EN:285 ZS:12,7 TZS:5,6 FH:6,8 SZH:31,9 CK:1,0 SO:0,3	EN:217 ZS:8,7 TZS:3,0 FH:7,5 SZH:26,1 CK:0,5 SO:0,7	EN:277 ZS:12,6 TZS:4,0 FH:14,1 SZH:26,3 CK:0,4 SO:1,3	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 - Szezámamag; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Vajkrém, zöldfűszeres (7) Fehér kenyér (1;6)	Körözött tehéntúróból (7) Fehér kenyér (1;6) Jégcsapretek	Margarin Kakaós foszlós kalács (1;3;6;7)	Tojáskrém (3;7;10) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóborka	Kedvenc Ízek Pulykapárizsi füst ízestés Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika
EN:166 ZS:4,0 TZS:2,3 FH:5,2 SZH:26,3 CK:0,7 SO:1,0	EN:246 ZS:9,4 TZS:4,7 FH:11,0 SZH:27,9 CK:1,8 SO:1,1	EN:27 ZS:3,0 TZS:0,9 FH: SZH: CK: SO:0,1	EN:241 ZS:11,4 TZS:3,7 FH:6,0 SZH:27,0 CK:0,4 SO:1,2	EN:250 ZS:11,2 TZS:3,3 FH:7,2 SZH:28,5 CK:0,5 SO:1,6
Gulyásleves (9;12) Tejbedara (1;7) Fahéjszórat Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1)	Lebbencsleves (1;9;12) Székelykáposzta (1;7;12) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1)	Őszibarackkrémleves (1;7) Cornflakes-es csirkemell csíkok (1) Zöldséges rizs Alma	Csontleves (1;9;12) Durumtészta levesbetét (1) Sült rudacska Zöldborsófőzelék (1;7) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1)	Brokkolileves (1;12) Levesgyöngy (1;3;7) Bácskai tarhonyáshús (1;12) Csalamádé (10;12)
EN:968 ZS:35,4 TZS:12,2 FH:27,5 SZH:126,5 CK:58,4 SO:3,2	EN:535 ZS:22,7 TZS:5,7 FH:25,2 SZH:52,9 CK:1,3 SO:5,3	EN:2349 ZS:82,7 TZS:12,9 FH:106,1 SZH:294,6 CK:32,6 SO:11,4	EN:985 ZS:44,9 TZS:11,9 FH:29,8 SZH:110,7 CK:35,1 SO:3,3	EN:699 ZS:33,3 TZS:5,8 FH:29,2 SZH:67,4 CK:4,7 SO:4,9
Olasz felvágott Margarin Fehér kenyér (1;6) Paradicsom	Abaúj natúr sajtkrém (7) Fehér kenyér (1;6)	Kenőmájas (6) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Lekváros táská (1;6)	Epres joghurt (7) Tejes kifli (1;7)
EN:238 ZS:9,9 TZS:3,4 FH:8,8 SZH:27,5 CK:0,7 SO:1,6	EN:194 ZS:3,8 TZS:2,1 FH:9,1 SZH:30,0 CK:4,0 SO:1,5	EN:225 ZS:9,6 TZS:3,2 FH:7,0 SZH:26,6 CK:0,4 SO:1,3	EN:167 ZS:8,3 TZS:3,9 FH:3,2 SZH:26,1 CK:8,2 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.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Vajkrém, zöldfűszeres (7) Fehér kenyér (1;6)	Margarin Sós kalács (1;3;6;7)	Túrókrém pritaminpaprikás (7) Vizes zsemle (1)	Mixxel szórt csiga (1;3;6;7)	Vajkrém répás (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)
EN:166 ZS:4,0 TZS:2,3 FH:5,2 SZH:26,3 CK:0,7 SO:1,0	EN:176 ZS:6,5 TZS:2,4 FH:5,6 SZH:24,3 CK:1,5 SO:0,5	EN:270 ZS:12,2 TZS:5,7 FH:7,3 SZH:32,0 CK:1,7 SO:0,0	EN:221 ZS:12,7 TZS:4,4 FH:5,8 SZH:21,4 CK:1,3 SO:0,7	EN:239 ZS:11,7 TZS:6,5 FH:3,7 SZH:28,5 CK:1,0 SO:1,1
Kelkáposztaleves rudacskaival (1;7;12) Dejós-Diósmetelt (1;7) Dejós-Diószórat (1;8) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1) Alma	Orjaleves (1) Durumtészta levesbetét (1) Sertéssült (1;12) Paradicsommártás (1;9) Burgonya féladag (12)	Fahéjas almaleves (1;7) Mustáros csirkecomb csíkok (10) Párolt rizs	Kertészleves gazdagon (1;9;12) Pörkölt bécsi rudacskaiból (1;12) Sárgaborsó főzelék (1) Fehér kenyér - féladag (1;6)	Fokhagymakrémleves (1;7;12) Levesgyöngy (1;3;7) Bolognai spagetti (1;12) Sajtszórat (7)
EN:974 ZS:39,3 TZS:9,7 FH:25,4 SZH:126,0 CK:30,9 SO:3,7	EN:821 ZS:22,9 TZS:5,6 FH:47,2 SZH:99,7 CK:28,2 SO:6,8	EN:684 ZS:15,1 TZS:3,9 FH:27,4 SZH:107,0 CK:17,4 SO:2,0	EN:989 ZS:54,3 TZS:9,5 FH:31,7 SZH:88,7 CK:1,5 SO:6,4	EN:740 ZS:35,9 TZS:13,1 FH:27,6 SZH:75,3 CK:4,8 SO:4,3
Sajtos baromfipárizsi (7) Margarin Fehér kenyér (1;6)	Kolbászkrem (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tv paprika	Zöldséges szelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka	Sonkakrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom	Abaúj barackos joghurt 100g (7) Tejes kifli (1;7)
EN:213 ZS:8,3 TZS:2,4 FH:8,9 SZH:25,9 CK:0,6 SO:1,6	EN:352 ZS:22,4 TZS:9,2 FH:8,5 SZH:27,9 CK:0,4 SO:1,3	EN:227 ZS:9,4 TZS:2,7 FH:5,9 SZH:28,2 CK:0,6 SO:1,7	EN:251 ZS:12,5 TZS:5,0 FH:5,5 SZH:28,3 CK:0,4 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
Abaúj natúr sajtkrém (7) Fehér kenyér (1;6)	Margarinos pogácsa (1;6;7)	Póréhagymás tojáskrém (3;7;10) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Vajas méz (7) Fehér kenyér (1;6)	Vaniliás túrókrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)
EN:194 ZS:3,8 TZS:2,1 FH:9,1 SZH:30,0 CK:4,0 SO:1,5	EN:216 ZS:13,1 TZS:1,2 FH:4,6 SZH:27,8 CK:3,3 SO:0,6	EN:245 ZS:11,4 TZS:3,7 FH:6,2 SZH:27,9 CK:0,4 SO:1,2	EN:279 ZS:11,7 TZS:5,3 FH:5,0 SZH:38,8 CK:13,6 SO:0,9	EN:217 ZS:5,8 TZS:2,6 FH:8,1 SZH:30,9 CK:4,8 SO:0,8
Csirke raguleves (1;9;12) Tejszínes spenótos metélt (1;7;12)	Hamis gulyásleves (1;9;12) Sült debreceni Kelkáposzta főzelék (1;12) Fehér kenyér - féladag (1;6)	Meggy leves (1;7) Magyaros csirkemáj (1) Főtt burgonya (12) Csalamádé (10;12)	Árpagyöngyleves (1;8;9;12) Sertéspörkölt (1;12) Tökfőzelék (1;7) Teljes kiőrlésű kenyér - féladag (1)	Karotta krémleves pirított tökmaggal (1;7) Hentestokány sertéshúsból (1;10) Kuszkusz (1;7) Alma
EN:529 ZS:24,3 TZS:7,1 FH:19,6 SZH:56,5 CK:4,2 SO:2,4	EN:760 ZS:43,4 TZS:10,3 FH:26,8 SZH:63,1 CK:0,6 SO:3,9	EN:587 ZS:16,0 TZS:4,1 FH:24,3 SZH:84,3 CK:27,2 SO:3,6	EN:868 ZS:43,4 TZS:10,8 FH:31,3 SZH:83,1 CK:11,6 SO:6,0	EN:921 ZS:48,7 TZS:12,0 FH:30,8 SZH:84,6 CK:8,9 SO:5,1
Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Póréhagyma	Vajkrém, magyaros (7) Teljes kiőrlésű zsemle (1;6)	Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér (1)	Sajtkrém, zöldfűszeres (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóborka	Abaúj natúr joghurt 100g (7) Tejes kifli (1;7)
EN:248 ZS:10,7 TZS:3,4 FH:7,2 SZH:29,6 CK:0,8 SO:1,6	EN:223 ZS:8,0 TZS:4,6 FH:6,4 SZH:32,4 CK:1,1 SO:1,0	EN:232 ZS:9,7 TZS:3,4 FH:8,6 SZH:26,5 CK:0,7 SO:0,8	EN:201 ZS:6,7 TZS:3,2 FH:4,8 SZH:29,0 CK:2,4 SO:1,4	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.