

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Vajkrém, zöldfűszeres (7) Fehér kenyér (1;6)	Fahéjas kalács (1;3;6;7) Margarin	Zöldséges felvágott (10) Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Méz vegyes-virág Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Tonhalkrém (4;6;7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek
EN:166 ZS:4,0 TZS:2,3 FH:5,2 SZH:26,3 CK:0,7 SO:1,0	EN:176 ZS:6,7 TZS:2,4 FH:4,1 SZH:26,0 CK:4,5 SO:0,4	EN:214 ZS:8,5 TZS:2,3 FH:5,3 SZH:27,6 CK:0,8 SO:1,5	EN:167 ZS:4,9 TZS:1,0 FH:2,9 SZH:26,5 CK:0,4 SO:0,9	EN:287 ZS:13,9 TZS:4,1 FH:12,1 SZH:27,2 CK:0,4 SO:1,3
Palócleves pulykahúsból (1;7;10;12) Dejós metélt (1) Fehér kenyér - féladag (1;6)	Erőleves (1;9) Rakott brokkoli sertéshússal (1;7) Fehér kenyér - féladag (1;6)	Paradicsomleves (1;9;12) Zöldséges szárnyas bulgur (1) Alma	Árpagyöngyleves (1;8;9;12) Tökfőzelék (1;7) Virsli chips (6) Fehér kenyér - féladag (1;6)	Csurgatott tojásleves (1;3) Pincepörkölt - csirke (12) Fehér kenyér - féladag (1;6)
EN:767 ZS:18,4 TZS:4,8 FH:32,1 SZH:115,5 CK:25,3 SO:1,9	EN:685 ZS:35,9 TZS:12,6 FH:28,5 SZH:59,2 CK:7,2 SO:5,2	EN:1057 ZS:37,7 TZS:4,5 FH:31,4 SZH:144,2 CK:47,4 SO:1,9	EN:968 ZS:61,9 TZS:12,9 FH:20,5 SZH:78,7 CK:11,7 SO:3,6	EN:630 ZS:26,9 TZS:4,0 FH:27,8 SZH:63,0 CK:0,4 SO:3,7
Kedvenc Baromfi rúd Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka	Zöldhagymás kenőmájas (6;7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Vaniliás túrókrém (7) Fehér kenyér (1;6)	Póréz zalafelvágott krém (10) Graham buci (1)	Gyümölcsös kevert piskóta (1;3;7)
EN:218 ZS:8,4 TZS:2,2 FH:6,4 SZH:27,8 CK:0,5 SO:1,5	EN:222 ZS:9,1 TZS:0,1 FH:6,0 SZH:27,7 CK:0,4 SO:1,5	EN:208 ZS:4,5 TZS:2,5 FH:10,1 SZH:30,0 CK:4,8 SO:0,9	EN:256 ZS:14,5 TZS:5,7 FH:6,8 SZH:26,4 CK:0,4 SO:0,5	EN:241 ZS:10,1 TZS:1,2 FH:3,3 SZH:32,7 CK:16,8 SO:0,2

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) Fehér kenyér (1;6)	Barack lekvár Margarin Fehér kenyér (1;6)		Tökmagos vajkrém (7) Tv paprika Graham buci (1)	Zsíros kenyér - teljeskiőrlésű kenyérből (1;7) Lilahagyma
EN:166 ZS:4,0 TZS:2,3 FH:5,2 SZH:26,3 CK:0,7 SO:1,0	EN:182 ZS:3,5 TZS:0,9 FH:4,9 SZH:31,5 CK:5,5 SO:1,0	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:249 ZS:12,5 TZS:6,8 FH:6,5 SZH:29,6 CK:1,0 SO:0,3	EN:242 ZS:11,9 TZS:2,9 FH:3,3 SZH:29,0 CK:0,4 SO:0,8
Tárkonyos sertésragu leves (1;7;9;12) Krumplisztészta (1;12) Csemege uborka (10)	Vegyes gyümölcsleves (1;7) Rizseslecsó virslivel (6)		Csontleves (1;3;9;12) Burgonyafőzelék (1;7;12) Vagdalt pogácsa - sertés (1;3;6;8;11;12) Fehér kenyér - féladag (1;6)	Sárgaborsó krémleves (1) Csirkepaprikás (1;7;12) Durumtészta (1)
EN:746 ZS:33,4 TZS:6,8 FH:25,7 SZH:81,6 CK:4,6 SO:5,7	EN:658 ZS:23,5 TZS:7,2 FH:18,4 SZH:90,0 CK:20,4 SO:4,1	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:977 ZS:55,2 TZS:11,1 FH:32,2 SZH:80,7 CK:1,6 SO:4,7	EN:1091 ZS:60,6 TZS:13,2 FH:35,4 SZH:96,3 CK:3,5 SO:4,4
Olasz felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Szendvicsskrém vegyesfelvágottból (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Alma		Aro sertéslöncs (1;6;7;10) Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	kakaós- túrós kevert piskóta (1;3;7)
EN:238 ZS:10,9 TZS:3,3 FH:6,5 SZH:27,1 CK:0,4 SO:1,6	EN:290 ZS:14,2 TZS:5,7 FH:4,7 SZH:31,7 CK:0,4 SO:1,2	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:	EN:255 ZS:12,7 TZS:3,8 FH:6,5 SZH:27,1 CK:0,5 SO:1,8	EN:154 ZS:1,6 TZS:0,7 FH:4,9 SZH:28,8 CK:12,8 SO:0,2

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
Vajkrém, natúr (7) Fehér kenyér (1;6)	Fahéjas kifli (1;3;7) Margarin	Zöldhagymás tojáskrém (3;7;10) Graham buci (1)	Margarin Paradicsom Szezám-magos zsemle (1;11)	Házi tepertőkrém Lilahagyma Teljes kiőrlésű kenyér (1)
EN:235 ZS:11,0 TZS:6,8 FH:5,7 SZH:27,5 CK:1,1 SO:1,2	EN:295 ZS:8,9 TZS:1,0 FH:7,7 SZH:47,5 CK:9,3 SO:1,0	EN:226 ZS:10,8 TZS:3,6 FH:7,7 SZH:26,1 CK:0,3 SO:0,3	EN:176 ZS:4,1 TZS:1,0 FH:4,6 SZH:29,1 CK:0,8 SO:0,6	EN:441 ZS:29,5 TZS:10,2 FH:7,1 SZH:29,1 CK:0,4 SO:1,1
Gulyásleves sertéshússal (9;12) Tejbedara (1;7) Kakaós-zórat Fehér kenyér - féladag (1;6)	Zöldborsóleves (1) Sertéssült (1) Kapormártás (1;7) Burgonya féladag (12)	Májgaluska leves (1;3;9;12) Sajtos-tejfölös spagetti (1;7) Alma	Magyaros zellerleves (1;9;12) Rácz zöldbab sertéshússal (1;7;12) Fehér kenyér - féladag (1;6)	Brokkoli krémleves (1;5;6;7;8;11) Levesgyöngy (1;3;7) Fokhagymás sertés aprópecsenye Zöldséges rizs
EN:1006 ZS:35,2 TZS:12,7 FH:30,1 SZH:133,3 CK:65,4 SO:3,1	EN:867 ZS:38,8 TZS:10,1 FH:47,6 SZH:76,0 CK:10,1 SO:5,3	EN:692 ZS:24,9 TZS:7,2 FH:29,0 SZH:85,0 CK:4,2 SO:3,2	EN:773 ZS:49,0 TZS:12,1 FH:27,5 SZH:56,7 CK:4,0 SO:2,7	EN:945 ZS:51,6 TZS:16,3 FH:30,6 SZH:86,9 CK:4,8 SO:2,3
Sajtos párizsi (6;7) Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek	Kolbászkrem (7) Tv paprika Teljes kiőrlésű kenyér (1)	olasz felvágottkrém (10) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Sárgarépas kevert piskóta (1;3;7)
EN:172 ZS:4,9 TZS:1,0 FH:3,3 SZH:27,2 CK:0,4 SO:0,9	EN:352 ZS:22,4 TZS:9,2 FH:8,5 SZH:27,9 CK:0,4 SO:1,3	EN:267 ZS:15,0 TZS:5,8 FH:4,8 SZH:26,8 CK:0,5 SO:1,3	EN:239 ZS:10,9 TZS:3,4 FH:6,8 SZH:27,1 CK:0,5 SO:1,6	EN:238 ZS:10,1 TZS:1,2 FH:3,5 SZH:32,0 CK:12,4 SO:0,2

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 - Rákkeltő; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
 10 - Mustár; 11 - Szezám-mag; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer-tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Szezámagos vajkrém (7;11) Fehér kenyér (1;6)	Sós kalács (1;3;6;7) Margarin	Kenőmájas (6) Paradicsom Fehér kenyér (1;6)	Málna-alma lekvár Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Körözött tehéntúróból zöldhagymával (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)
EN:245 ZS:11,8 TZS:6,6 FH:6,2 SZH:27,6 CK:1,1 SO:1,1	EN:176 ZS:6,5 TZS:2,4 FH:5,6 SZH:24,3 CK:1,5 SO:0,5	EN:222 ZS:8,3 TZS:3,1 FH:9,3 SZH:26,9 CK:0,5 SO:1,3	EN:243 ZS:4,9 TZS:1,0 FH:2,9 SZH:44,8 CK:18,4 SO:0,9	EN:250 ZS:10,7 TZS:4,8 FH:8,7 SZH:28,0 CK:1,8 SO:1,1
Legényfogó leves (1;7;9;12) Mákos-tészta (1) Alma	Orjaleves (1;9) Lencsefőzelék (1;7;10) Sült kolbászkarika Fehér kenyér - féladag (1;6)	Fahéjas almaleves (1;7) Cornflakes-es csirkemell csíkok (1) Hagymás burgonya (12)	Lebbencsleves (1;9;12) Zöldborsófőzelék (1;7) Virslis chips (6) Fehér kenyér - féladag (1;6)	Zöldségkrémleves napraforgómaggal (1;5;6;7;8;11;12) Sertéshúsos-halásztészta (1;4)
EN:699 ZS:22,9 TZS:4,4 FH:26,9 SZH:93,3 CK:4,2 SO:4,5	EN:958 ZS:45,9 TZS:12,3 FH:42,2 SZH:85,9 CK:7,1 SO:7,1	EN:725 ZS:19,7 TZS:3,7 FH:19,1 SZH:109,6 CK:17,6 SO:3,7	EN:1087 ZS:57,9 TZS:12,4 FH:28,4 SZH:107,1 CK:34,7 SO:4,1	EN:633 ZS:19,1 TZS:3,6 FH:23,1 SZH:71,3 CK:5,6 SO:3,7
Sertéspárizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Pritaminos felvágottkrém (10) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Tavaszi felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Vajkrém répás (7) Graham buci (1)	Almás kevert piskóta (1;3;7)
EN:236 ZS:10,9 TZS:3,4 FH:5,9 SZH:27,2 CK:0,4 SO:1,6	EN:257 ZS:13,9 TZS:5,3 FH:4,5 SZH:27,2 CK:0,6 SO:1,3	EN:250 ZS:12,1 TZS:4,0 FH:6,5 SZH:27,5 CK:0,6 SO:1,6	EN:228 ZS:11,2 TZS:6,4 FH:5,6 SZH:28,1 CK:0,9 SO:0,3	EN:236 ZS:10,3 TZS:1,2 FH:3,2 SZH:31,5 CK:12,4 SO:0,2

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-t tartalmaz.