

Reggeli

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Vacsora

Hétfő

Abaúj natúr sajtkrém (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)EN:231 ZS:5,5 TZS:2,3 FH:7,7
SZH:36,2 CK:4,1 SO:1,6

Citromos tea (12)

EN:53 ZS: TZS: FH:
SZH:12,4 CK:12,4 SO:Csirkeraguleves (1;9;12)
Tejszínes spenótos metélt (1;7)EN:896 ZS:56,4 TZS:12,9 FH:24,5
SZH:70,6 CK:5,7 SO:2,5

Nápolyi szelet (1;7)

EN:93 ZS:5,4 TZS:2,1 FH:1,0
SZH:10,2 CK:4,4 SO:0,0

Rakott brokkoli sertéshússal (1;7)

EN:766 ZS:54,3 TZS:17,8 FH:27,4
SZH:40,2 CK:5,3 SO:2,8

Kedd

Margarinos pogácsa (1;6;7)

EN:216 ZS:13,1 TZS:1,2 FH:4,6
SZH:27,8 CK:3,3 SO:0,6

Tej 1,5% (7)

EN:100 ZS:3,0 TZS:2,0 FH:5,8
SZH:9,2 CK:9,2 SO:0,1Zöldségleves vajgaluskával (1;3;7;12)
Kelkáposzta főzelék (1;12)
Sertéspörkölt (1)
Fehér kenyér - féladag (1)EN:822 ZS:35,4 TZS:6,8 FH:38,9
SZH:82,9 CK:1,3 SO:4,8

Mandarin

EN:45 ZS: TZS: FH:0,7
SZH:9,8 CK: SO:Sonkakrém (7)
Paradicsom
Teljes kiőrlésű zsemle (1;6)EN:280 ZS:13,0 TZS:5,6 FH:8,8
SZH:33,5 CK:0,7 SO:1,0

Szerda

Petrezselymes tojáskrém (3;7;10)
Fehér kenyér (1)EN:276 ZS:14,3 TZS:5,6 FH:7,4
SZH:28,8 CK:0,1 SO:1,2

Gyümölcsös tea (12)

EN:53 ZS: TZS: FH:
SZH:12,3 CK:12,3 SO:Meggyleves (1;7)
Csicseriborsós szárnyas rizseshús (9;12)
Vegyes savanyúság csalamádé (10;12)EN:870 ZS:40,4 TZS:9,5 FH:29,0
SZH:95,3 CK:38,6 SO:1,8Tv paprika
Margarin
Teljes kiőrlésű zsemle (1;6)EN:190 ZS:4,1 TZS:1,0 FH:6,3
SZH:32,6 CK:0,7 SO:0,9

Krumplisztészta (1;12)

EN:605 ZS:22,0 TZS:2,6 FH:13,6
SZH:84,6 CK:2,9 SO:4,1

Csütörtök

Barack lekvár
Margarin
Fehér kenyér (1)EN:220 ZS:3,7 TZS:1,2 FH:5,2
SZH:40,3 CK:10,3 SO:0,9

Citromos tea (12)

EN:53 ZS: TZS: FH:
SZH:12,4 CK:12,4 SO:Zöldséges fehérbaleves (1;9;12)
Burgonyafőzelék (1;7;12)
Vagdalt pogácsa - baromfi (1;3;6;8;11)
Fehér kenyér - féladag (1)EN:1166 ZS:58,8 TZS:10,7 FH:37,8
SZH:112,3 CK:3,8 SO:4,1

Müzli szelet (1;5;6;7;8;11;12)

EN:83 ZS:2,2 TZS:0,9 FH:1,1
SZH:14,6 CK:7,0 SO:0,0Tepertőkrém (7;10)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
KígyóuborkaEN:637 ZS:52,3 TZS:20,9 FH:7,9
SZH:32,5 CK:0,5 SO:1,6

Péntek

Vaniliás túrókrém (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)EN:245 ZS:6,2 TZS:2,6 FH:8,7
SZH:36,2 CK:4,8 SO:1,0

Gyümölcsös tea (12)

EN:53 ZS: TZS: FH:
SZH:12,3 CK:12,3 SO:Zöldségkrémleves napraforgómaggal
(1;5;6;7;8;11;12)
Hentestokány sertéshúsból (1;10)
Kuskusz (1;7)
AlmaEN:1075 ZS:52,2 TZS:10,5 FH:35,3
SZH:89,7 CK:5,2 SO:7,4EN: 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 - Rákkfélek; 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

Vajkrém, zöldfűszeres (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)EN:190 ZS:4,3 TZS:1,4 FH:4,0
SZH:32,2 CK:0,7 SO:1,1

Citromos tea (12)

EN:53 ZS: TZS: FH:
SZH:12,4 CK:12,4 SO:Húsgaluskaleves sertéshúsból (1;3;9;12)
Túróstészta (1;7)

Alma

EN:858 ZS:31,4 TZS:10,4 FH:36,1
SZH:103,6 CK:7,2 SO:2,4Csirkemell sonka
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)EN:239 ZS:7,1 TZS:1,0 FH:9,5
SZH:32,6 CK:0,5 SO:2,0

Rizseslecsó virslivel (6)

EN:546 ZS:23,7 TZS:6,4 FH:18,1
SZH:63,3 CK:0,1 SO:4,1

Kedd

Vajas méz (7)
Fehér kenyér (1)EN:310 ZS:13,3 TZS:6,2 FH:5,2
SZH:43,5 CK:14,9 SO:0,8

Tej 1,5% (7)

EN:100 ZS:3,0 TZS:2,0 FH:5,8
SZH:9,2 CK:9,2 SO:0,1Erőleves (1;9)
Zöldséges pulykarakottás rizzsel (1;7;12)EN:755 ZS:44,1 TZS:12,7 FH:28,6
SZH:73,5 CK:6,7 SO:5,1

Narancs

EN:82 ZS: TZS: FH:1,2
SZH:17,0 CK: SO:Kedvenc Ízek Pulykapárizsi füst ízesítéssel
KREL
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
KígyóuborkaEN:200 ZS:5,3 TZS:1,0 FH:3,9
SZH:32,5 CK:0,5 SO:1,1

Szerda

Kefír (7)
Tejes kifli (1;7)EN:312 ZS:6,2 TZS:3,6 FH:11,5
SZH:51,6 CK:7,9 SO:0,8

Gyümölcsös tea (12)

EN:53 ZS: TZS: FH:
SZH:12,3 CK:12,3 SO:Paradicsomleves (1;9;12)
Tarhonyás pulykahússal (1;12)
Csemege uborka (10)EN:1067 ZS:46,2 TZS:6,0 FH:33,4
SZH:127,5 CK:44,4 SO:4,9Zöldhagymás kenőmájás (6;7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)EN:277 ZS:11,9 TZS:0,1 FH:7,6
SZH:33,3 CK:0,5 SO:1,9

Kenyérlángos (sonkával) (1;3;7)

EN:756 ZS:42,2 TZS:14,1 FH:27,2
SZH:65,9 CK:9,3 SO:3,1

Csütörtök

Petrezselymes túrókrém (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)EN:253 ZS:7,8 TZS:3,7 FH:9,5
SZH:33,5 CK:2,2 SO:1,8

Citromos tea (12)

EN:53 ZS: TZS: FH:
SZH:12,4 CK:12,4 SO:Zöldségleves (1;12)
Babfőzelék (1;7)
Sült kolbász
Fehér kenyér - féladag (1)EN:945 ZS:49,5 TZS:18,1 FH:33,4
SZH:83,7 CK:6,6 SO:4,4

Burgonyás pogácsa (1;3)

EN:174 ZS:6,5 TZS:3,4 FH:3,8
SZH:24,0 CK:0,8 SO:0,9Csemege turista szalámi
Margarin
Vizes zsemle (1)
Tv paprikaEN:484 ZS:16,8 TZS:5,8 FH:16,6
SZH:63,9 CK:1,9 SO:1,1

Péntek

Tonhalkrém (4;6;7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
LilahagymaEN:342 ZS:15,2 TZS:4,5 FH:13,0
SZH:36,8 CK:0,5 SO:1,5

Gyümölcsös tea (12)

EN:53 ZS: TZS: FH:
SZH:12,3 CK:12,3 SO:Brokkoli krémleves (1;5;6;7;8;11)
Levesgyöngy (1;3;7)
Zöldfűszeres csirketokány (9)
Főtt burgonya (12)EN:730 ZS:35,0 TZS:14,2 FH:28,5
SZH:67,9 CK:3,5 SO:1,7EN: 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, szulfitek; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

Vajkrém, natúr (7)
Fehér kenyér (1)EN:179 ZS:4,2 TZS:2,5 FH:5,4
SZH:29,3 CK:0,3 SO:0,9

Gyümölcsös tea (12)

EN:53 ZS: TZS: FH:
SZH:12,3 CK:12,3 SO:Palóclevés pulykahúsból (1;7;10;12)
Darásmetél (1)
Lekvár
AlmaEN:1212 ZS:28,4 TZS:6,6 FH:31,4
SZH:203,3 CK:87,7 SO:3,1Olasz felvágott
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)EN:269 ZS:11,6 TZS:3,6 FH:7,1
SZH:32,4 CK:0,7 SO:1,7Magyaros csirkemáj (1)
Párolt rizs
Csalamádé (10;12)EN:808 ZS:33,0 TZS:4,8 FH:29,1
SZH:97,2 CK:0,8 SO:3,8Sós kalács (1;3;6;7)
MargarinEN:206 ZS:7,2 TZS:2,7 FH:6,8
SZH:29,1 CK:1,8 SO:0,6

Tej 1,5% (7)

EN:100 ZS:3,0 TZS:2,0 FH:5,8
SZH:9,2 CK:9,2 SO:0,1Árpagyöngyleves (1;8;9;12)
Paprikás burgonya virslivel (12)
Fehér kenyér - féladag (1)EN:1017 ZS:53,8 TZS:8,8 FH:21,8
SZH:102,6 CK:0,6 SO:5,1

Körte

EN:78 ZS: TZS: FH:0,6
SZH:18,0 CK:2,2 SO:Kolbászkрем (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Tv paprikaEN:408 ZS:25,3 TZS:10,4 FH:9,8
SZH:33,7 CK:0,5 SO:1,5Lönchús KREL
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
ParadicsomEN:276 ZS:10,9 TZS:3,3 FH:8,7
SZH:34,0 CK:0,9 SO:2,1

Citromos tea (12)

EN:53 ZS: TZS: FH:
SZH:12,4 CK:12,4 SO:Fahéjas almaleves (1;7)
Édes-savanyú csirkecomb (1;6;10)
Párolt rizsEN:1034 ZS:32,4 TZS:8,1 FH:26,4
SZH:156,3 CK:41,1 SO:3,1Magyaros sajtkrém (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)EN:333 ZS:18,8 TZS:8,7 FH:7,8
SZH:31,9 CK:0,5 SO:1,2Bolognai spagetti sertéshúsból (1;12)
Sajtszórat (7)EN:760 ZS:42,0 TZS:12,3 FH:27,7
SZH:66,9 CK:3,8 SO:2,3Körözött tehéntúróból zöldhagymával (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)EN:294 ZS:12,3 TZS:5,5 FH:10,0
SZH:33,6 CK:2,0 SO:1,3

Gyümölcsös tea (12)

EN:53 ZS: TZS: FH:
SZH:12,3 CK:12,3 SO:Csontleves (1;3;9;12)
Rántott borda (1;3;6;7;8;9;10;11)
Petrezselymes burgonya (7;12)
Csemege uborka (10)EN:996 ZS:48,2 TZS:8,9 FH:39,8
SZH:94,6 CK:1,9 SO:8,3

Gyümölcsös kevert piskóta (1;3;7)

EN:266 ZS:11,1 TZS:1,3 FH:3,5
SZH:36,4 CK:18,6 SO:0,2Zala felvágott KREL
Margarin
Fehér kenyér (1)EN:267 ZS:11,7 TZS:4,4 FH:10,4
SZH:29,5 CK:0,3 SO:1,8Kockasajt 2 db (7)
Teljes kiőrlésű kifli (1)EN:199 ZS:6,4 TZS:3,8 FH:8,0
SZH:25,5 CK:1,5 SO:0,8

Citromos tea (12)

EN:53 ZS: TZS: FH:
SZH:12,4 CK:12,4 SO:Zellerkrémleves pirított magvakkal
(1;5;6;7;8;9;11;12)
Pásterbulgur sertéshússal (1;12)
Csemege uborka (10)EN:1173 ZS:75,7 TZS:20,3 FH:35,8
SZH:85,4 CK:9,4 SO:5,1EN: ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SO:EN: ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SO:

Reggeli

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Vacsora

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

Szezámmagos vajkrém (7;11)
Fehér kenyér (1)Fahéjas kalács (1;3;6;7)
MargarinMálna-alma lekvár
Gyümölcsös tea (12)
Fehér kenyér (1)Zsíros kenyér - teljeskiőrlésű kenyérből (1;7)
LilahagymaSonkakrém (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Gyümölcsös tea (12)EN:272 ZS:13,3 TZS:7,7 FH:6,6
SZH:30,9 CK:0,8 SO:1,1EN:206 ZS:7,5 TZS:2,7 FH:5,0
SZH:31,2 CK:5,4 SO:0,5EN:222 ZS:0,7 TZS:0,3 FH:5,2
SZH:47,1 CK:18,4 SO:0,8EN:282 ZS:12,3 TZS:2,9 FH:4,2
SZH:36,8 CK:0,5 SO:1,0EN:338 ZS:14,2 TZS:5,6 FH:6,0
SZH:44,8 CK:12,8 SO:1,2

Gyümölcsös tea (12)

Tej 1,5% (7)

Citromos tea (12)

Gyümölcsös tea (12)

Citromos tea (12)

EN:53 ZS: TZS: FH:
SZH:12,3 CK:12,3 SO:EN:100 ZS:3,0 TZS:2,0 FH:5,8
SZH:9,2 CK:9,2 SO:0,1EN:53 ZS: TZS: FH:
SZH:12,4 CK:12,4 SO:EN:53 ZS: TZS: FH:
SZH:12,3 CK:12,3 SO:EN:53 ZS: TZS: FH:
SZH:12,4 CK:12,4 SO:Tárkonyos csirkeragu leves (1;7;9;12)
Mákostészta (1)
Mákszórat (5;6;8;11)
AlmaDaragaluskaleves (1;3;9;12)
Rakottburgonya kolbásszal (1;3;7;12)Tefjölös zöldbaleves (1;7)
Sült csirkecomb csíkok (7)
Petrezselymes rizs
VegyeskompótOrjaleves (1;9)
Paradicsomos káposzta (1)
Sertéssült (1)
Fehér kenyér - féladag (1)FokhagymakréMLEVES napraforgómaggal
(1;5;6;7;8;11)
Kukoricapehely levesbetét (1)
Borsós tokány sertéshúsból (1;10)
Durumtészta (1)EN:1158 ZS:48,8 TZS:10,5 FH:32,0
SZH:143,8 CK:36,3 SO:4,6EN:1031 ZS:60,6 TZS:23,1 FH:36,6
SZH:77,5 CK:2,7 SO:4,9EN:798 ZS:26,8 TZS:7,0 FH:31,6
SZH:108,8 CK:12,3 SO:3,3EN:722 ZS:25,7 TZS:5,3 FH:32,3
SZH:86,6 CK:23,0 SO:4,5EN:1616 ZS:76,4 TZS:11,9 FH:46,1
SZH:182,0 CK:8,8 SO:5,9Margarin
Teljes kiőrlésű zsemle (1;6)

Mandarin

Vajkrém répás (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Meggyes piskóta (1;3)

EN:181 ZS:4,0 TZS:1,0 FH:5,9
SZH:31,2 CK:0,7 SO:0,9EN:45 ZS: TZS: FH:0,7
SZH:9,8 CK: SO:EN:279 ZS:13,3 TZS:7,3 FH:4,3
SZH:34,1 CK:1,2 SO:1,3EN:128 ZS:5,4 TZS:0,7 FH:1,8
SZH:17,9 CK:10,8 SO:0,0EN: ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SO:

Lasagne húsos-halás (1;4;6;7)

Soproni felvágott KREL
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Tv paprika

Szilvás töltött gombóc (1;3;12)

Gyümölcsös túrókrém (7)
Fehér kenyér (1)EN:750 ZS:34,9 TZS:14,6 FH:34,9
SZH:70,5 CK:6,7 SO:1,7EN:274 ZS:11,0 TZS:3,4 FH:7,5
SZH:34,2 CK:0,9 SO:1,8EN:551 ZS:13,0 TZS:1,2 FH:11,7
SZH:91,6 CK:34,9 SO:4,5EN:230 ZS:4,8 TZS:2,8 FH:10,2
SZH:35,2 CK:6,2 SO:0,8EN: 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.