

	Hétfő 05.04	Kedd 05.05	Szerda 05.06	Csütörtök 05.07	Péntek 05.08
Tízórai	Forralt tej (7;) EN:90.0kcal ZS:3.0g TZS:1.8g SZH:9.2g CK:9.2g FH:6.0g SÓ:0.2g Sajtkrém (7;) EN:28.6kcal ZS:2.4g TZS:1.6g SZH:1.0g CK:1.0g FH:0.8g SÓ:0.3g Vizes zsemle (1;) EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g Kígyóuborka EN:2.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.3g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g	Forralt tej (7;) EN:90.0kcal ZS:3.0g TZS:1.8g SZH:9.2g CK:9.2g FH:6.0g SÓ:0.2g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kifli (1;6;) EN:125.7kcal ZS:0.8g TZS:0.1g SZH:25.5g CK:0.6g FH:4.8g SÓ:0.6g	Citromos tea EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Sárgaborsókrém (7;) EN:92.0kcal ZS:4.7g TZS:2.8g SZH:8.4g CK:1.2g FH:3.7g SÓ:0.2g Falusi kenyér (1;) EN:130.3kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:27.1g CK:0.1g FH:3.9g SÓ:0.8g Lilahagyma EN:8.0kcal ZS:0.0g SZH:1.7g FH:0.2g SÓ:0.0g	Tejeskávé (1;7;) EN:127.7kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:18.3g CK:17.0g FH:6.8g SÓ:0.2g Fokhagymás sajtkrém (7;) EN:28.9kcal ZS:2.4g TZS:1.6g SZH:1.0g CK:1.0g FH:0.8g SÓ:0.3g Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;) EN:139.7kcal ZS:0.9g TZS:0.1g SZH:28.4g CK:0.6g FH:5.4g SÓ:0.7g	Citromos tea EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Zala felvágott EN:48.0kcal ZS:4.0g TZS:1.6g SZH:0.4g CK:0.1g FH:2.6g SÓ:0.4g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g Hónapos retek EN:37.5kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:5.5g CK:0.0g FH:3.0g SÓ:0.0g
Ebéd	Sütőtök krémleves (1;7;) EN:141.6kcal ZS:7.1g TZS:1.9g SZH:16.8g CK:7.6g FH:1.9g SÓ:0.3g Pirított tökmag EN:54.1kcal ZS:4.6g TZS:0.9g SZH:1.8g CK:0.1g FH:2.5g SÓ:0.0g Tarhonyás hús (1;) EN:371.6kcal ZS:11.4g TZS:2.2g SZH:45.8g CK:2.1g FH:20.1g SÓ:1.1g Savanyúság (10;) EN:14.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.7g CK:1.0g FH:1.3g SÓ:0.5g	Csontleves EN:69.4kcal ZS:3.1g TZS:0.9g SZH:5.5g CK:2.0g FH:4.3g SÓ:0.5g Levesbetét tészta (1;) EN:24.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:0.2g FH:0.9g SÓ:0.0g Párolt csirkecombfilé EN:127.0kcal ZS:9.1g TZS:2.9g SZH:0.0g CK:0.0g FH:10.4g SÓ:0.8g Zöldbabfőzelék (1;7;12;) EN:183.8kcal ZS:12.5g TZS:3.0g SZH:13.7g CK:1.9g FH:3.8g SÓ:0.3g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g Körte EN:93.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:21.6g CK:2.7g FH:0.7g SÓ:0.0g	Petrezselymes zöldségleves (1;9;) EN:85.7kcal ZS:4.0g TZS:0.4g SZH:10.4g CK:0.7g FH:1.9g SÓ:0.3g Spenótos csirkés tészta (1;7;) EN:355.0kcal ZS:9.6g TZS:4.9g SZH:45.3g CK:3.4g FH:19.9g SÓ:1.0g Reszelt trappista sajt (7;) EN:101.1kcal ZS:7.8g TZS:4.8g SZH:0.1g CK:0.1g FH:7.7g SÓ:0.4g Mandarin EN:45.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.8g CK:0.0g FH:0.7g SÓ:0.0g	Magyaros lencseleves (1;9;10;) EN:135.9kcal ZS:2.5g TZS:0.3g SZH:19.2g CK:0.3g FH:6.5g SÓ:0.7g Szárnycsirkés csirkemájjal EN:127.3kcal ZS:5.3g TZS:1.2g SZH:5.8g CK:0.0g FH:13.4g SÓ:1.0g Tört burgonya (12;) EN:229.4kcal ZS:5.0g TZS:0.5g SZH:36.8g CK:0.0g FH:5.0g SÓ:0.2g	Fahéjas almaleves (1;7;) EN:110.3kcal ZS:3.1g TZS:2.0g SZH:18.4g CK:14.2g FH:1.2g SÓ:0.0g Párolt halfilé (4;) EN:80.6kcal ZS:3.4g TZS:0.3g SZH:0.4g CK:0.0g FH:5.8g SÓ:0.6g Rizi-bizi EN:323.1kcal ZS:5.9g TZS:0.7g SZH:58.4g CK:0.0g FH:9.0g SÓ:1.2g Savanyúság (10;) EN:14.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.7g CK:1.0g FH:1.3g SÓ:0.5g
Uzsonna	Fokhagymás felvágott EN:51.8kcal ZS:4.6g TZS:2.2g SZH:0.2g FH:2.4g SÓ:0.5g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g	Csirkeemlisonka EN:21.8kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:0.4g CK:0.1g FH:3.0g SÓ:0.4g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g Kápia paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.5g FH:0.3g SÓ:0.0g	Edami sajt (7;) EN:94.8kcal ZS:7.0g TZS:4.8g SZH:0.6g CK:0.6g FH:7.8g SÓ:0.2g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kifli (1;6;) EN:125.7kcal ZS:0.8g TZS:0.1g SZH:25.5g CK:0.6g FH:4.8g SÓ:0.6g	Paprikás csemege szalámi EN:73.3kcal ZS:6.6g TZS:2.3g SZH:0.4g CK:0.0g FH:3.2g SÓ:0.6g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Kifli (1;7;) EN:124.5kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:25.5g CK:0.1g FH:3.8g SÓ:0.7g Paradicsom EN:4.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.8g CK:0.5g FH:0.2g SÓ:0.0g	Barack lekvár EN:36.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:8.7g CK:7.7g FH:0.1g SÓ:0.0g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Falusi kenyér (1;) EN:130.3kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:27.1g CK:0.1g FH:3.9g SÓ:0.8g

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk.

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia: kcal/adag); ZS(zsír: g/adag); TZS(telített zsírsav: g/adag); SZH(szénhidrát: g/adag); CK(cukor: g/adag); FH(fehérje: g/adag); SÓ(só: g/adag); CA(kalcium: mg/adag). Allergének: 1-Glutén; 2-Rákkfélek; 3-Tojás; 4-Halal; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfürt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.