

Tízórai

Ebéd A

Ebéd B

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
	Kakaó (7) Foszlós kalács (1;3;6;7;8;11;13)	Citromos tea Margarin Lapka sajt (7) Félbarna kenyér (1)	Gyümölcstea (12) Mogyorókrém (5;6;7) Teljeskiőrlésű kenyér (1)	Gyümölcstea (12) Kapros túrókrém (7) Félbarna kenyér (1) Paradicsom
EN:            TZS:    FH: CK:    SO:	EN:352    ZS:7,9    TZS:2,1    FH:12,0 SZH:59,4    CK:33,1    SO:0,6	EN:271    ZS:6,4    TZS:3,0    FH:7,7 SZH:44,6    CK:13,6    SO:1,3	EN:306    ZS:7,1    TZS:0,3    FH:6,5 SZH:51,7    CK:22,4    SO:0,8	EN:237    ZS:1,9    TZS:1,1    FH:8,1 SZH:45,6    CK:13,3    SO:1,8
	Vegyes gyümölcsleves (1;7) Bazsalikomos csirkeragu (7) Főtt tészta (1)	Daragaluska leves (1;3) Rántott párizsi (1;3) Finomfőzelék (1;7) Alma Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Burgonyás lebbencs leves (1;9;12) Rakott kelkáposzta (7) Félbarna kenyér (1)	Csontleves (9;12) Levesbetét tészta (1) Sült virsli Paradicsomos káposzta (1) Félbarna kenyér (1)
EN:            ZS:        TZS:    FH: SZH:      CK:      SO:	EN:755    ZS:15,8    TZS:3,6    FH:30,9 SZH:118,9    CK:38,8    SO:3,1	EN:969    ZS:46,9    TZS:6,9    FH:26,7 SZH:106,5    CK:29,4    SO:7,5	EN:592    ZS:19,9    TZS:3,0    FH:27,3 SZH:73,4    CK:2,1    SO:2,8	EN:629    ZS:29,2    TZS:7,7    FH:21,4 SZH:68,0    CK:26,0    SO:5,5
	Vegyes gyümölcsleves (1;7) Bazsalikomos zöldségragu Főtt tészta (1)	Daragaluska leves (1;3) Szójapörkölt (6) Finomfőzelék (1;7) Alma Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Karalábé leves (9;12) Rakott burgonya (1;3;7;12)	Zöldbableves (1;3) Tócsni (1;3;12) Paradicsomos káposzta (1) Félbarna kenyér (1)
EN:            ZS:        TZS:    FH: SZH:      CK:      SO:	EN:733    ZS:16,7    TZS:2,1    FH:16,4 SZH:126,9    CK:41,1    SO:3,1	EN:699    ZS:26,3    TZS:3,4    FH:25,3 SZH:86,7    CK:28,6    SO:6,2	EN:418    ZS:14,4    TZS:5,4    FH:19,2 SZH:50,3    CK:2,4    SO:1,9	EN:949    ZS:44,0    TZS:5,1    FH:17,3 SZH:117,7    CK:26,0    SO:3,9
	Sajtkrém (7) Teljeskiőrlésű kenyér (1) Paradicsom	Sertéspárizsi Margarin Vizes zsemle (1) Kígyóuborka	Natúr vajkrém (7) Stangli (1;5;6;7;8;11;13) Rágórépa X.	Ízes levél (1;3;7)
EN:            ZS:        TZS:    FH: SZH:      CK:      SO:	EN:211    ZS:5,1    TZS:3,0    FH:8,0 SZH:31,2    CK:2,3    SO:1,1	EN:276    ZS:11,7    TZS:4,1    FH:9,1 SZH:32,5    CK:1,0    SO:1,0	EN:301    ZS:20,1    TZS:9,1    FH:4,3 SZH:24,5    CK:0,9    SO:0,8	EN:180    ZS:6,5    TZS:3,6    FH:2,0 SZH:27,5    CK:13,5    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 - Rákkfélek; 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, szulfitok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.