

Tízórai

Ebéd A

Ebéd B

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Málna tea Sajtkrém (7) Kifli (1;7) Retek	Forralt tej (7) Padlizsánkrém (7) Teljeskiórlésű kenyér (1) Paradicsom	Tejeskávé (1;7) Vaj (7) Stangli (1;5;6;7;8;11;13)	Gyümölcsstea (12) Gépsonka Margarin Teljeskiórlésű kenyér (1) TV paprika X.	Tej (7) Házi csirkemájkrém Vizes zsemle (1) Kígyóuborka
EN:200 TZS:3,3 FH:5,4 SZH:30,8 CK:11,3 SO:0,7	EN:313 ZS:10,0 TZS:4,1 FH:12,9 SZH:41,3 CK:11,4 SO:1,8	EN:348 ZS:17,1 TZS:5,7 FH:9,7 SZH:37,6 CK:17,5 SO:0,6	EN:264 ZS:4,3 TZS:1,4 FH:10,5 SZH:43,1 CK:12,9 SO:1,6	EN:299 ZS:7,2 TZS:3,8 FH:16,1 SZH:41,9 CK:0,9 SO:1,7
Kolbászos bableves (1;3;12) Tejben dara (1;7) Fahéj szórát Alma	Zöldséges lebbencsleves (1;9;12) Kelkáposzta főzelék (1;12) Házi vagdalt (1;3) Félbarna kenyér (1) Puszedli (1;3)	Vegyes gyümölcsleves (1;7) Borsos sertés tokány (1) Főtt tészta (1) Savanyúság (10;12)	Zeller leves (1;7;9) Pirított kiskocka tészta (1) Lecsős csirkeragu (1) Párolt köles	Daragaluska leves (1;3) Paszternákfőzelék (1;7) Sült csirkemell Félbarna kenyér (1) Körte
EN:785 ZS:23,2 TZS:5,5 FH:25,6 SZH:114,3 CK:68,9 SO:3,3	EN:788 ZS:38,0 TZS:7,4 FH:24,8 SZH:82,9 CK:15,6 SO:2,9	EN:763 ZS:20,2 TZS:3,3 FH:28,4 SZH:113,0 CK:38,3 SO:5,3	EN:638 ZS:23,8 TZS:6,2 FH:25,5 SZH:76,5 CK:6,7 SO:4,0	EN:557 ZS:16,8 TZS:3,6 FH:32,5 SZH:66,1 CK:18,3 SO:4,0
Zöldséges bableves (1;9;10) Darás metélt (1) Barack lekvár Alma	Zöldséges lebbencsleves (1;9;12) Brokkolifőzelék (1;7) Lencse vagdalt (fehérjeszegény) Félbarna kenyér (1) Puszedli (1;3)	Vegyes gyümölcsleves (1;7) Rántott gomba (1;3) Rizs köret	Zeller leves (1;7;9) Pirított kiskocka tészta (1) Lecsős ragu Tarhonya (1)	Daragaluska leves (1;3) Finomfőzelék (1;7) Tofu pörkölt (6) Félbarna kenyér (1) Körte
EN:630 ZS:9,9 TZS:1,4 FH:16,8 SZH:114,4 CK:25,0 SO:1,9	EN:599 ZS:13,9 TZS:1,5 FH:20,1 SZH:92,6 CK:22,7 SO:2,6	EN:850 ZS:27,6 TZS:3,3 FH:21,4 SZH:127,8 CK:35,4 SO:3,3	EN:429 ZS:13,6 TZS:4,1 FH:11,8 SZH:62,4 CK:4,4 SO:3,7	EN:648 ZS:21,9 TZS:2,8 FH:23,0 SZH:86,6 CK:25,0 SO:5,6
Mátrai csemege szalámi Margarin Teljeskiórlésű kenyér (1)	Kockasajt (7) Kifli (1;7)	Tavaszi felvágott Margarin Teljeskiórlésű kenyér (1) Kígyóuborka	Zöldfűszeres túrókrém (7) Vizes zsemle (1)	Sajtos pogácsa (1;3;7)
EN:263 ZS:11,9 TZS:4,7 FH:8,8 SZH:28,5 CK:0,9 SO:1,4	EN:180 ZS:7,1 TZS:4,3 FH:6,2 SZH:22,2 CK:1,1 SO:1,0	EN:254 ZS:10,1 TZS:3,9 FH:9,1 SZH:29,8 CK:1,0 SO:1,5	EN:202 ZS:3,7 TZS:2,0 FH:8,7 SZH:32,2 CK:2,1 SO:0,7	EN:172 ZS:8,6 TZS:4,6 FH:4,1 SZH:19,0 CK:0,7 SO:1,1

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.