

Tízórai

Ebéd A

Ebéd B

Uzsonna

| Hétfő   | Kedd   | Szerda   | Csütörtök   | Péntek  |
|---|--|--|---|---|
| <p>Erdei gyümölcs tea (12)<br/>Sajtos kifli (1;7)<br/>Margarin</p> <p>EN:214    TZS:0,6    FH:6,7<br/>SZH:32,5    CK:8,8    SO:0,6</p>  | <p>Erdei gyümölcs tea (12)<br/>Olasz felvágott<br/>Margarin<br/>Vizes zsemle (1)</p> <p>EN:278    ZS:8,7    TZS:2,9    FH:8,4<br/>SZH:40,4    CK:9,7    SO:0,7</p>                               | <p>Gyümölcstea (12)<br/>Margarin<br/>Foszlós kalács (1;3;6;7;8;11;13)</p> <p>EN:246    ZS:6,5    TZS:2,4    FH:5,0<br/>SZH:43,2    CK:17,1    SO:0,4</p>   | <p>Citromos tea<br/>Főtt virsli<br/>Félbarna kenyér (1)<br/>Ketchup</p> <p>EN:348    ZS:13,2    TZS:4,1    FH:10,8<br/>SZH:46,1    CK:14,1    SO:2,0</p>  | <p>Citromos tea<br/>Tonhalkrém (4;7;10)<br/>Teljeskiőrlésű kenyér (1)<br/>Paradicsom</p> <p>EN:279    ZS:7,1    TZS:3,0    FH:9,6<br/>SZH:41,9    CK:13,2    SO:1,2</p>   |
| <p>Görög raguleves<br/>Morzsás nudli (1;3)<br/>Fahéj szórát<br/>Alma<br/>Félbarna kenyér (1)</p> <p>EN:754    ZS:9,8    TZS:2,2    FH:21,8<br/>SZH:116,0    CK:24,5    SO:3,6</p> | <p>Csontleves (9;12)<br/>Levesbetét tészta (1)<br/>Bolognai spagetti sertés (1)<br/>Reszelt sajt (7)</p> <p>EN:717    ZS:34,5    TZS:10,0    FH:29,6<br/>SZH:71,4    CK:12,4    SO:4,1</p>       | <p>Zellerkrémleves (1;7;9)<br/>Pírított kenyérkocka (1)<br/>Szárnyasragu vitál módra<br/>(ananasz, csirkecomb filé) (1;7)<br/>Rizs köret</p> <p>EN:575    ZS:21,7    TZS:5,4    FH:21,7<br/>SZH:71,3    CK:2,3    SO:3,2</p> | <p>Magyaros gombaleves (1;3)<br/>Rántott Dino szelet<br/>(1;3;6;7;9;10;11)<br/>Zöldborsófőzelék (1;7)<br/>Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p>EN:700    ZS:28,5    TZS:3,8    FH:25,8<br/>SZH:78,7    CK:20,1    SO:5,3</p> | <p>Sütőtök krémleves (1)<br/>Pírított kiskocka tészta (1)<br/>Sült csirkecomb felső<br/>Petrezselymes burgonya (12)<br/>Csemege uborka (10)</p> <p>EN:722    ZS:18,7    TZS:10,8    FH:43,5<br/>SZH:87,9    CK:22,3    SO:6,7</p> |
| <p>Görög raguleves<br/>Morzsás nudli (1;3)<br/>Fahéj szórát<br/>Alma</p> <p>EN:604    ZS:4,4    TZS:0,3    FH:12,8<br/>SZH:100,4    CK:24,5    SO:3,2</p>                         | <p>Brokkoli leves (1;9)<br/>Vega Bolognai spagetti (1;9)<br/>Reszelt sajt (7)<br/>Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p>EN:528    ZS:11,7    TZS:4,4    FH:20,4<br/>SZH:82,2    CK:8,4    SO:2,2</p> | <p>Zellerkrémleves (1;7;9)<br/>Pírított kenyérkocka (1)<br/>Édes-savanyú zöldségragu<br/>Rizs köret</p> <p>EN:593    ZS:21,2    TZS:4,8    FH:11,4<br/>SZH:88,1    CK:9,8    SO:3,4</p>                                      | <p>Magyaros gombaleves (1;3)<br/>Falafel (1)<br/>Zöldborsófőzelék (1;7)</p> <p>EN:22877    ZS:40,5    TZS:4,5    FH:24,0<br/>SZH:71,8    CK:20,4    SO:5,0</p>  | <p>Sütőtök krémleves (1)<br/>Pírított kiskocka tészta (1)<br/>Sajtmártás (1;7)<br/>Grill zöldségek<br/>Bulgur köret (1)</p> <p>EN:710    ZS:18,1    TZS:4,2    FH:23,0<br/>SZH:112,3    CK:37,3    SO:4,0</p>                     |
| <p>Zala felvágott<br/>Margarin<br/>Teljeskiőrlésű kenyér (1)</p> <p>EN:239    ZS:8,9    TZS:3,3    FH:9,1<br/>SZH:28,9    CK:1,0    SO:1,5</p>                                    | <p>Magyaros vajkrém (7)<br/>Félbarna kenyér (1)<br/>Kígyóuborka</p> <p>EN:257    ZS:11,1    TZS:7,0    FH:5,1<br/>SZH:33,5    CK:0,8    SO:1,0</p>   | <p>Házi tepertőkrém (7)<br/>Teljeskiőrlésű kenyér (1)<br/>TV paprika</p> <p>EN:190    ZS:1,4    TZS:0,3    FH:6,3<br/>SZH:35,8    CK:1,4    SO:1,6</p>   | <p>Kenőmájas<br/>Vizes zsemle (1)<br/>Jégcsapretek</p> <p>EN:223    ZS:6,2    TZS:2,5    FH:7,9<br/>SZH:33,0    CK:1,3    SO:0,7</p>  | <p>Fahéjas csiga (1;6)</p> <p>EN:210    ZS:8,5    TZS:4,0    FH:3,5<br/>SZH:28,6    CK:7,9    SO:0,2</p>  |

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, szulfitok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.