

Tízórai

Ebéd A

Ebéd B

Uzsonna

| Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|--|--|--|---|---|
| <p>Erdei gyümölcs tea (12) Sajtos kifli (1;7) Margarin</p> <p>EN:228 TZS:0,9 FH:6,7 SZH:33,8 CK:10,0 SO:0,6</p> | <p>Erdei gyümölcs tea (12) Olasz felvágott Margarin Vizes zsemle (1)</p> <p>EN:292 ZS:9,7 TZS:3,2 FH:8,4 SZH:41,6 CK:11,0 SO:0,8</p> | <p>Gyümölcstea (12) Margarin Foszlós kalács (1;3;6;7;8;11;13)</p> <p>EN:255 ZS:7,5 TZS:2,7 FH:5,0 SZH:43,2 CK:17,1 SO:0,5</p> | <p>Citromos tea Főtt virsli Félbarna kenyér (1) Ketchup</p> <p>EN:348 ZS:13,2 TZS:4,1 FH:10,8 SZH:46,1 CK:14,1 SO:2,0</p> | <p>Citromos tea Tonhalkrém (4;7;10) Teljeskiőrlésű kenyér (1) Paradicsom</p> <p>EN:279 ZS:7,1 TZS:3,0 FH:9,6 SZH:41,9 CK:13,2 SO:1,2</p> |
| <p>Görög raguleves Morzsás nudli (1;3) Fahéj szórát Alma Félbarna kenyér (1)</p> <p>EN:849 ZS:11,1 TZS:2,5 FH:24,8 SZH:128,5 CK:24,7 SO:4,1</p> | <p>Csontleves (9;12) Levesbetét tészta (1) Bolognai spagetti sertés (1) Reszelt sajt (7)</p> <p>EN:785 ZS:36,7 TZS:10,7 FH:33,0 SZH:80,2 CK:13,0 SO:4,2</p> | <p>Zellerkrémleves (1;7;9) Pírított kenyérkocka (1) Szárnyasragu vitál módra (ananasz, csirkecomb filé) (1;7) Rizs köret</p> <p>EN:663 ZS:22,6 TZS:5,6 FH:25,6 SZH:87,4 CK:2,3 SO:3,5</p> | <p>Magyaros gombaleves (1;3) Rántott Dino szelet (1;3;6;7;9;10;11) Zöldborsófőzelék (1;7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p>EN:705 ZS:28,5 TZS:3,8 FH:25,9 SZH:79,8 CK:20,1 SO:5,3</p> | <p>Sütőtök krémleves (1) Pírított kiskocka tészta (1) Sült csirkecomb felső Petrezselymes burgonya (12) Csemege uborka (10)</p> <p>EN:765 ZS:20,5 TZS:12,2 FH:48,5 SZH:89,4 CK:22,4 SO:7,1</p> |
| <p>Görög raguleves Morzsás nudli (1;3) Fahéj szórát Alma</p> <p>EN:689 ZS:5,1 TZS:0,4 FH:15,0 SZH:112,9 CK:24,6 SO:3,7</p> | <p>Brokkoli leves (1;9) Vega Bolognai spagetti (1;9) Reszelt sajt (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p>EN:571 ZS:12,1 TZS:4,4 FH:21,8 SZH:90,7 CK:8,0 SO:2,3</p> | <p>Zellerkrémleves (1;7;9) Pírított kenyérkocka (1) Édes-savanyú zöldségragu Rizs köret</p> <p>EN:682 ZS:22,1 TZS:4,9 FH:13,5 SZH:106,7 CK:11,0 SO:3,7</p> | <p>Magyaros gombaleves (1;3) Falafel (1) Zöldborsófőzelék (1;7)</p> <p>EN:22877 ZS:40,5 TZS:4,5 FH:24,1 7 SZH:72,9 CK:20,4 SO:5,0</p> | <p>Sütőtök krémleves (1) Pírított kiskocka tészta (1) Sajtmártás (1;7) Grill zöldségek Bulgur köret (1)</p> <p>EN:802 ZS:21,8 TZS:4,9 FH:26,1 SZH:123,7 CK:39,5 SO:4,6</p> |
| <p>Zala felvágott Margarin Teljeskiőrlésű kenyér (1)</p> <p>EN:248 ZS:9,9 TZS:3,6 FH:9,1 SZH:28,9 CK:1,0 SO:1,6</p> | <p>Magyaros vajkrém (7) Félbarna kenyér (1) Kígyóuborka</p> <p>EN:292 ZS:14,6 TZS:9,3 FH:5,4 SZH:34,1 CK:1,0 SO:1,1</p> | <p>Házi tepertőkrém (7) Teljeskiőrlésű kenyér (1) TV paprika</p> <p>EN:196 ZS:1,4 TZS:0,3 FH:6,6 SZH:36,9 CK:1,5 SO:1,7</p> | <p>Kenőmájas Vizes zsemle (1) Jégcsapretek</p> <p>EN:223 ZS:6,2 TZS:2,5 FH:7,9 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 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.