

Tízórai

Ebéd A

Ebéd B

Uzsonna

| Hétfő  | Kedd   | Szerda                           | Csütörtök  | Péntek  |
|--|--|----------------------------------|--|---|
| Mézes tea<br>Kenőmájás<br>Burgonyás kenyér (1;6;12)  | Meggyes tea<br>Zöldhagymás vajkrém (7)<br>Teljeskiőrlésű kenyér (1)                                |                                  | Citromos tea<br>Lapka sajt (7)<br>Margarin<br>Vizes zsemle (1)                         | Karamellás tej (7)<br>Foszlós kalács (1;3;6;7;8;11;13)<br>Margarin  |
| EN:346 TZS:3,4 FH:10,7<br>SZH:54,0 CK:9,3 SO:2,2   | EN:385 ZS:15,2 TZS:9,4 FH:7,9<br>SZH:51,4 CK:13,3 SO:1,4   | EN: ZS: TZS: FH:<br>SZH: CK: SO: | EN:275 ZS:6,5 TZS:2,8 FH:8,4<br>SZH:44,5 CK:14,4 SO:0,6                                | EN:318 ZS:10,5 TZS:2,7 FH:11,6<br>SZH:46,2 CK:20,1 SO:0,7   |
| Zöldborsóleves (1;3)<br>Milánói spagetti (1)<br>Reszelt sajt (7)<br>Alma                   | Tojásleves (1;3)<br>Budapest sertésragu<br>Kuszkusz (1)  |                                  | Palócleves (1;7;12)<br>Tejben dara (1;7)<br>Fahéj szórat<br>Teljes kiőrlésű kenyér (1) | Magyaros burgonyaleves (1;9;12)<br>Főtt tojás (3)<br>Lencsefőzelék (1;7;10)<br>Alma<br>Teljes kiőrlésű kenyér (1) |
| EN:687 ZS:18,0 TZS:7,4 FH:33,6<br>SZH:95,6 CK:15,2 SO:6,5                                  | EN:803 ZS:22,9 TZS:6,0 FH:32,1<br>SZH:113,8 CK:4,4 SO:4,4  | EN: ZS: TZS: FH:<br>SZH: CK: SO: | EN:810 ZS:24,2 TZS:6,6 FH:27,5<br>SZH:117,1 CK:66,0 SO:2,0                             | EN:752 ZS:23,8 TZS:6,1 FH:30,6<br>SZH:94,3 CK:9,2 SO:2,5  |
| Fokhagyma krémleves (1;7)<br>Levesgyöngy (1;3;7)<br>Zöldségragu<br>Főtt tészta (1)<br>Alma | Pirított tésztaleves (1;9;12)<br>Rántott tofu (1;3;6)<br>Finomfőzelék (1;7)<br>Félbarna kenyér (1) |                                  | Lebbencs leves (1;9;12)<br>Tejben dara (1;7)<br>Kakaó szórat                           | Magyaros burgonyaleves (1;9;12)<br>Csőben sült vegyes zöldség<br>(1;3;6;7)<br>Alma                                |
| EN:791 ZS:26,6 TZS:6,0 FH:19,5<br>SZH:115,9 CK:12,1 SO:3,8                                 | EN:932 ZS:38,2 TZS:4,7 FH:28,6<br>SZH:114,0 CK:24,1 SO:4,3   | EN: ZS: TZS: FH:<br>SZH: CK: SO: | EN:634 ZS:11,4 TZS:1,3 FH:15,4<br>SZH:114,5 CK:72,1 SO:2,2                             | EN:455 ZS:13,1 TZS:4,8 FH:13,5<br>SZH:68,0 CK:17,4 SO:1,6   |
| Tojáskrém (3;7)<br>Teljeskiőrlésű zsemle (1;6)<br>Jégcsapretek                             | Kockasajt (7)<br>Kifli (1;7)<br>TV paprika   |                                  | Padlizsánkrém (7)<br>Teljeskiőrlésű kenyér (1)<br>Lilahagyma                           | Teljes kiőrlésű Kakaós csiga<br>(1;3;6;11;13)   |
| EN:246 ZS:8,8 TZS:4,2 FH:9,6<br>SZH:32,7 CK:1,2 SO:0,9                                     | EN:192 ZS:7,1 TZS:4,3 FH:6,8<br>SZH:24,0 CK:1,1 SO:1,0   | EN: ZS: TZS: FH:<br>SZH: CK: SO: | EN:280 ZS:7,3 TZS:4,1 FH:8,2<br>SZH:42,9 CK:1,7 SO:2,1                                 | EN:399 ZS:17,3 TZS:8,1 FH:7,6<br>SZH:63,0 CK:23,0 SO:0,4  |

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 - Csillagfűt; 14 - Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.