

## Hétfő

05.05

## Kedd

05.06

## Szerda

05.07

## Csütörtök

05.08

## Péntek

05.09

## Ebéd A

## Frankfurtileves (1;7;12;)

EN:341.9kcal ZS:24.1g TZS:6.8g SZH:20.6g  
CK:0.4g FH:9.1g SÓ:2.4g CA:19.2mg

## Tejben dara (1;7;)

EN:344.2kcal ZS:4.2g TZS:2.7g SZH:64.9g  
CK:44.5g FH:11.2g SÓ:0.7g CA:312.0mg

## Kakaó szórat

EN:122.3kcal ZS:0.6g TZS:0.4g SZH:27.4g  
CK:27.0g FH:0.7g SÓ:0.1g

## Alma

EN:52.7kcal SZH:11.9g CK:4.1g FH:0.7g

## Fokhagyma krémleves (1;7;)

EN:127.2kcal ZS:5.6g TZS:2.0g SZH:14.7g CK:0.7g  
FH:3.8g SÓ:1.2g CA:80.0mg

## Napraforgómag

EN:59.0kcal ZS:4.8g TZS:0.7g SZH:1.7g FH:1.9g

## Fűszeres sertésfalatok (12;)

EN:206.7kcal ZS:12.6g TZS:2.6g SZH:1.9g CK:0.1g  
FH:19.9g SÓ:1.5g CA:0.0mg

## Párolt zöldségköret

EN:84.7kcal ZS:3.2g TZS:0.4g SZH:8.4g CK:4.2g  
FH:4.0g SÓ:0.9g

## Fahéjas szilvaleves (1;7;)

EN:178.1kcal ZS:4.3g TZS:2.7g SZH:30.7g  
CK:24.3g FH:2.6g SÓ:0.0g CA:40.5mg

## Parajos halas penne (1;4;)

EN:1002.4kcal ZS:8.0g TZS:1.5g SZH:186.9g  
CK:10.6g FH:39.2g SÓ:1.7g

## Kertészleves (1;)

EN:80.3kcal ZS:4.0g TZS:0.5g SZH:8.7g CK:1.8g  
FH:2.3g SÓ:3.0g CA:0.0mg

## Főtt virsli

EN:137.0kcal ZS:12.5g TZS:3.9g FH:6.5g SÓ:1.1g

## Paradicsomos burgonyafőzelék (1;12;)

EN:322.2kcal ZS:5.8g TZS:0.6g SZH:55.7g  
CK:10.5g FH:7.1g SÓ:3.5g CA:0.0mg

## Félbarna kenyér (1;)

EN:99.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.8g CK:0.1g  
FH:2.7g SÓ:0.4g

## Lencseleves (1;7;10;)

EN:236.2kcal ZS:6.1g TZS:2.3g SZH:29.3g CK:2.8g  
FH:11.8g SÓ:1.2g CA:20.2mg

## Mézes-mustáros csirkemell ragu (7;10;)

EN:147.5kcal ZS:3.6g TZS:1.5g SZH:11.0g  
CK:11.0g FH:17.3g SÓ:1.0g CA:7.2mg

## Rizs köret

EN:463.5kcal ZS:9.5g TZS:1.1g SZH:85.3g  
FH:10.2g SÓ:0.8g

## Ebéd B

## Frankfurtileves hús nélkül (1;7;12;)

EN:257.1kcal ZS:17.3g TZS:3.7g SZH:19.5g  
CK:0.4g FH:4.3g SÓ:1.5g CA:19.2mg

## Tejben dara (1;7;)

EN:344.2kcal ZS:4.2g TZS:2.7g SZH:64.9g  
CK:44.5g FH:11.2g SÓ:0.7g CA:312.0mg

## Kakaó szórat

EN:122.3kcal ZS:0.6g TZS:0.4g SZH:27.4g  
CK:27.0g FH:0.7g SÓ:0.1g

## Alma

EN:52.7kcal SZH:11.9g CK:4.1g FH:0.7g

## Fokhagyma krémleves (1;7;)

EN:127.2kcal ZS:5.6g TZS:2.0g SZH:14.7g CK:0.7g  
FH:3.8g SÓ:1.2g CA:80.0mg

## Napraforgómag

EN:59.0kcal ZS:4.8g TZS:0.7g SZH:1.7g FH:1.9g

## Panírozott sajt (1;3;7;)

EN:506.2kcal ZS:43.2g TZS:10.5g SZH:17.2g  
CK:1.1g FH:11.5g SÓ:1.0g CA:656.0mg

## Párolt zöldségköret

EN:84.7kcal ZS:3.2g TZS:0.4g SZH:8.4g CK:4.2g  
FH:4.0g SÓ:0.9g

## Fahéjas szilvaleves (1;7;)

EN:178.1kcal ZS:4.3g TZS:2.7g SZH:30.7g  
CK:24.3g FH:2.6g SÓ:0.0g CA:40.5mg

## Parajos halas penne (1;4;)

EN:1002.4kcal ZS:8.0g TZS:1.5g SZH:186.9g  
CK:10.6g FH:39.2g SÓ:1.7g

## Kertészleves (1;)

EN:80.3kcal ZS:4.0g TZS:0.5g SZH:8.7g CK:1.8g  
FH:2.3g SÓ:3.0g CA:0.0mg

## Falafel (1;)

EN:407.8kcal ZS:30.0g TZS:3.3g SZH:25.0g  
CK:1.5g FH:7.4g SÓ:0.9g

## Paradicsomos burgonyafőzelék (1;12;)

EN:322.2kcal ZS:5.8g TZS:0.6g SZH:55.7g  
CK:10.5g FH:7.1g SÓ:3.5g CA:0.0mg

## Félbarna kenyér (1;)

EN:99.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.8g CK:0.1g  
FH:2.7g SÓ:0.4g

## Lencseleves (1;7;10;)

EN:236.2kcal ZS:6.1g TZS:2.3g SZH:29.3g CK:2.8g  
FH:11.8g SÓ:1.2g CA:20.2mg

## Mézes-mustáros ragu tofuval (6;7;10;)

EN:166.7kcal ZS:7.9g TZS:1.9g SZH:11.6g  
CK:11.3g FH:12.3g SÓ:0.9g CA:7.2mg

## Rizs köret

EN:463.5kcal ZS:9.5g TZS:1.1g SZH:85.3g  
FH:10.2g SÓ:0.8g

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk.

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia: kcal/adag); ZS(zsír: g/adag); TZS(telített zsírsav: g/adag); SZH(szénhidrát: g/adag); CK(cukor: g/adag); FH(fehérje: g/adag); SÓ(só: g/adag); CA(kalcium: mg/adag). Allergének: 1-Glutén; 2-Rákkfélék; 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, szulfidok; 13-Csillagfürt; 14-Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.