

	Hétfő 03.16	Kedd 03.17	Szerda 03.18	Csütörtök 03.19	Péntek 03.20	Szombat 03.21	Vasárnap 03.22
Ebéd	Frankfurtileves (1;7;12;) EN:301.8kcal ZS:20.3g TZS:8.4g SZH:16.7g CK:1.7g FH:11.3g SÓ:1.4g	Zöldséges rizsleves (6;9;12;) EN:178.6kcal ZS:6.7g TZS:0.9g SZH:25.0g CK:0.8g FH:3.8g SÓ:1.0g	Trópusi gyümölcsleves (1;7;) EN:295.3kcal ZS:7.5g TZS:5.1g SZH:48.9g CK:39.1g FH:7.7g SÓ:0.5g	Csontleves EN:113.9kcal ZS:8.7g TZS:1.0g SZH:6.4g CK:2.8g FH:2.2g SÓ:0.5g	Gombaleves (1;3;) EN:151.6kcal ZS:8.4g TZS:1.1g SZH:12.0g CK:0.0g FH:6.6g SÓ:0.6g	Orjaleves levestésztával (1;) EN:137.4kcal ZS:3.4g TZS:1.0g SZH:18.8g CK:4.4g FH:7.0g SÓ:0.6g	Kertész leves (12;) EN:116.1kcal ZS:7.4g TZS:0.8g SZH:8.2g CK:0.0g FH:1.0g SÓ:1.0g
	Piskóta kocka (1;3;) EN:292.0kcal ZS:5.0g TZS:1.0g SZH:19.5g CK:23.4g FH:8.6g	Sertéspörkölt EN:220.1kcal ZS:12.6g TZS:2.6g SZH:4.4g CK:0.4g FH:20.2g SÓ:0.8g	Rántott halrúd (1;4;) EN:394.4kcal ZS:26.1g TZS:2.7g SZH:24.3g CK:0.8g FH:14.1g SÓ:0.7g	Levesbetét tészta (1;) EN:95.1kcal ZS:3.0g TZS:0.4g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.1g	Vadas csirkeragu (1;7;9;10;) EN:311.2kcal ZS:16.3g TZS:5.5g SZH:18.0g CK:6.9g FH:21.8g SÓ:0.6g	Panírozott csirkemell (1;) EN:250.1kcal ZS:14.5g TZS:1.6g SZH:18.0g CK:0.7g FH:11.7g SÓ:1.4g	Sertéspörkölt EN:220.1kcal ZS:12.6g TZS:2.6g SZH:4.4g CK:0.4g FH:20.2g SÓ:0.8g
	Csokipuding (7;) EN:116.0kcal ZS:2.3g TZS:1.5g SZH:18.8g CK:16.5g FH:5.0g SÓ:0.2g	Fejtett babfőzelék (1;7;) EN:323.5kcal ZS:14.0g TZS:4.8g SZH:35.9g CK:3.3g FH:12.2g SÓ:0.7g	Karottás rizs EN:543.4kcal ZS:10.6g TZS:1.2g SZH:100.9g FH:12.2g SÓ:1.0g	Egyben sertésvagdalt (1;3;) EN:340.6kcal ZS:25.8g TZS:7.4g SZH:8.3g CK:0.1g FH:18.7g SÓ:0.8g	Spagetti tészta (1;) EN:426.7kcal ZS:10.1g TZS:1.2g SZH:71.7g CK:3.5g FH:12.5g SÓ:1.1g	Rizi-bizi EN:397.4kcal ZS:8.1g TZS:1.0g SZH:68.9g CK:0.0g FH:11.6g SÓ:0.4g	Kefíres burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:247.4kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:47.2g CK:0.8g FH:7.1g SÓ:0.6g
	Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Rozsos kenyér (ebédhez) (1;) EN:226.0kcal ZS:1.0g TZS:0.1g SZH:47.0g CK:2.0g FH:6.3g SÓ:1.7g	Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Paradicsomos káposzta (1;) EN:230.1kcal ZS:8.2g TZS:0.8g SZH:31.6g CK:10.0g FH:5.9g SÓ:0.7g	Alma EN:52.5kcal ZS:0.6g SZH:10.5g FH:0.6g	Cékla saláta (10;) EN:16.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:4.3g CK:3.8g FH:1.4g SÓ:0.8g	Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g
		Narancs EN:61.5kcal SZH:12.8g FH:0.9g		Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	
Ebéd B	Frankfurtileves VEGA (1;7;12;) EN:195.8kcal ZS:11.8g TZS:4.5g SZH:15.3g CK:1.7g FH:5.3g SÓ:0.4g	Zöldséges rizsleves (6;9;12;) EN:178.6kcal ZS:6.7g TZS:0.9g SZH:25.0g CK:0.8g FH:3.8g SÓ:1.0g	Trópusi gyümölcsleves (1;7;) EN:295.3kcal ZS:7.5g TZS:5.1g SZH:48.9g CK:39.1g FH:7.7g SÓ:0.5g	Csontleves EN:113.9kcal ZS:8.7g TZS:1.0g SZH:6.4g CK:2.8g FH:2.2g SÓ:0.5g	Gombaleves (1;3;) EN:151.6kcal ZS:8.4g TZS:1.1g SZH:12.0g CK:0.0g FH:6.6g SÓ:0.6g	Orjaleves levestésztával (1;) EN:137.4kcal ZS:3.4g TZS:1.0g SZH:18.8g CK:4.4g FH:7.0g SÓ:0.6g	Kertész leves (12;) EN:116.1kcal ZS:7.4g TZS:0.8g SZH:8.2g CK:0.0g FH:1.0g SÓ:1.0g
	Piskóta kocka (1;3;) EN:292.0kcal ZS:5.0g TZS:1.0g SZH:19.5g CK:23.4g FH:8.6g	Tofu pörkölt (6;) EN:222.5kcal ZS:15.4g TZS:2.2g SZH:4.7g CK:0.4g FH:15.2g SÓ:1.6g	Rántott halrúd (1;4;) EN:394.4kcal ZS:26.1g TZS:2.7g SZH:24.3g CK:0.8g FH:14.1g SÓ:0.7g	Levesbetét tészta (1;) EN:95.1kcal ZS:3.0g TZS:0.4g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.1g	Vadas tofuragu (1;6;7;9;10;) EN:294.7kcal ZS:17.0g TZS:3.9g SZH:18.1g CK:6.8g FH:16.0g SÓ:0.6g	Rántott karfiol (1;) EN:260.5kcal ZS:17.2g TZS:1.9g SZH:21.0g CK:2.1g FH:4.4g SÓ:0.7g	Falafel (1;) EN:407.8kcal ZS:30.0g TZS:3.3g SZH:25.0g CK:1.5g FH:7.4g SÓ:0.9g
	Csokipuding (7;) EN:116.0kcal ZS:2.3g TZS:1.5g SZH:18.8g CK:16.5g FH:5.0g SÓ:0.2g	Fejtett babfőzelék (1;7;) EN:323.5kcal ZS:14.0g TZS:4.8g SZH:35.9g CK:3.3g FH:12.2g SÓ:0.7g	Karottás rizs EN:543.4kcal ZS:10.6g TZS:1.2g SZH:100.9g FH:12.2g SÓ:1.0g	Zöldségvagdalt (1;6;) EN:147.4kcal ZS:5.6g TZS:0.6g SZH:19.9g CK:2.9g FH:3.8g SÓ:0.2g	Spagetti tészta (1;) EN:426.7kcal ZS:10.1g TZS:1.2g SZH:71.7g CK:3.5g FH:12.5g SÓ:1.1g	Rizi-bizi EN:397.4kcal ZS:8.1g TZS:1.0g SZH:68.9g CK:0.0g FH:11.6g SÓ:0.4g	Kefíres burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:247.4kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:47.2g CK:0.8g FH:7.1g SÓ:0.6g
	Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Rozsos kenyér (ebédhez) (1;) EN:226.0kcal ZS:1.0g TZS:0.1g SZH:47.0g CK:2.0g FH:6.3g SÓ:1.7g	Tartármártás (3;7;10;) EN:84.9kcal ZS:6.3g TZS:1.9g SZH:5.8g CK:5.3g FH:0.7g SÓ:0.2g	Paradicsomos káposzta (1;) EN:230.1kcal ZS:8.2g TZS:0.8g SZH:31.6g CK:10.0g FH:5.9g SÓ:0.7g	Alma EN:52.5kcal ZS:0.6g SZH:10.5g FH:0.6g	Cékla saláta (10;) EN:16.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:4.3g CK:3.8g FH:1.4g SÓ:0.8g	Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g
		Narancs EN:61.5kcal SZH:12.8g FH:0.9g	Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	

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

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia: kcal/adag); TZS(telített zsírsav: g/adag); SZH(zsénhidrát: g/adag); CK(cukor: g/adag); FH(kehérje: g/adag); SÓ(só: g/adag); CA(kálcium: mg/adag). Allergének: 1-Glutén; 2-Rákfélek; 3-Tojás; 4-Halak; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej; laktóz; 8-Diófélek (mandula, mogyoró, diófélek, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezámag; 12-Kén-dioxid, szulfitek; 13-Csillagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítésszert tartalmaz.