



	Hétfő 04.06	Kedd 04.07	Szerda 04.08	Csütörtök 04.09	Péntek 04.10	Szombat 04.11	Vasárnap 04.12
Ebéd A	Füstölt húsos bableves (1;9;) EN:291.3kcal ZS:11.7g TZS:4.5g SZH:24.9g CK:3.9g FH:18.3g SÓ:3.9g	Tojásleves (1;3;) EN:229.1kcal ZS:20.6g TZS:2.9g SZH:5.9g CK:0.0g FH:4.6g SÓ:1.3g	Póréhagymakrémléves (7;) EN:132.7kcal ZS:11.9g TZS:4.3g SZH:4.6g CK:1.3g FH:1.9g SÓ:1.1g	Vajgaluskaleves (1;3;) EN:69.9kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:13.1g CK:3.5g FH:2.7g SÓ:2.4g	Vaníliás körteleves (1;7;) EN:139.7kcal ZS:1.4g TZS:0.6g SZH:31.1g CK:23.3g FH:3.0g SÓ:2.1g	Húsleves (9;) EN:59.8kcal ZS:1.5g TZS:0.5g SZH:5.6g CK:2.7g FH:5.4g SÓ:1.9g	Magyaros karalábéleves (1;3;) EN:273.9kcal ZS:15.2g TZS:1.8g SZH:29.6g CK:0.2g FH:5.7g SÓ:0.6g
	Rántott sertésszelet (1;3;) EN:1194.2kcal ZS:84.6g TZS:12.3g SZH:70.2g CK:0.5g FH:35.9g SÓ:2.6g	Egyben sertésvagdalt (1;3;) EN:266.6kcal ZS:15.0g TZS:5.2g SZH:16.8g CK:0.1g FH:15.7g SÓ:1.5g	Levesgyöngy (1;3;7;) EN:50.0kcal ZS:2.8g TZS:1.3g SZH:5.3g CK:0.6g FH:0.8g SÓ:0.1g	Csemege sertéssült EN:302.2kcal ZS:18.5g TZS:5.4g SZH:0.7g CK:0.0g FH:31.5g SÓ:1.0g	Borsos sertés tokány (1;) EN:423.3kcal ZS:34.6g TZS:7.7g SZH:11.7g CK:0.0g FH:16.1g SÓ:1.8g	Levesbetét tészta (1;) EN:37.5kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:7.4g CK:0.3g FH:1.3g SÓ:0.4g	Sült csirkecomb EN:607.5kcal ZS:42.5g TZS:13.9g SZH:0.1g CK:0.0g FH:51.9g SÓ:2.2g
	Rizi-bizi EN:465.5kcal ZS:8.3g TZS:1.1g SZH:82.7g CK:0.1g FH:14.0g SÓ:1.7g	Lencsefőzelék (1;7;10;) EN:653.0kcal ZS:21.8g TZS:4.0g SZH:81.9g CK:19.7g FH:24.2g SÓ:1.7g	Pincepörkölt (sertés) (12;) EN:778.2kcal ZS:39.2g TZS:9.0g SZH:70.4g CK:0.4g FH:27.5g SÓ:1.6g	Brokkolifőzelék (1;7;12;) EN:313.2kcal ZS:17.0g TZS:4.6g SZH:34.6g CK:11.2g FH:7.0g SÓ:1.7g	Tarhonya (1;) EN:426.7kcal ZS:10.1g TZS:1.2g SZH:71.7g CK:3.5g FH:12.5g SÓ:1.5g	Brassói aprópecsenye (1;12;) EN:622.2kcal ZS:28.2g TZS:7.9g SZH:59.3g CK:0.0g FH:26.1g SÓ:1.8g	Rizi-bizi EN:465.5kcal ZS:8.3g TZS:1.1g SZH:82.7g CK:0.1g FH:14.0g SÓ:1.7g
	Csalamádé * (10;12;) EN:18.0kcal ZS:0.1g SZH:2.4g CK:1.0g FH:0.8g SÓ:2.0g	teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g	Csemege uborka * (10;12;) EN:11.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:0.4g FH:0.8g SÓ:1.8g	teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g	Cékla saláta * (10;) EN:42.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:5.0g FH:1.8g SÓ:1.1g	Mongol saláta * (10;) EN:29.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:3.6g CK:2.1g FH:2.6g SÓ:1.1g	Körte EN:130.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:30.0g CK:3.8g FH:1.0g SÓ:0.0g
	Meggyes pite (1;3;6;) EN:152.5kcal ZS:8.9g TZS:5.5g SZH:17.2g CK:6.5g FH:1.5g SÓ:0.0g			Tejszelet (1;3;6;7;) EN:92.2kcal ZS:4.6g TZS:4.2g SZH:14.2g CK:8.1g FH:1.8g SÓ:0.0g			
Napi összesítés	EN: 2121.5 kcal; ZS: 113.6 g; TZS: 23.4 g; SZH: 197.4 g; CK: 12.0 g; FH: 70.5 g; SÓ: 10.2 g;	EN: 1481.8 kcal; ZS: 59.3 g; TZS: 12.5 g; SZH: 169.6 g; CK: 19.8 g; FH: 56.5 g; SÓ: 6.3 g;	EN: 972.5 kcal; ZS: 54.0 g; TZS: 14.6 g; SZH: 82.2 g; CK: 2.7 g; FH: 31.1 g; SÓ: 4.5 g;	EN: 1110.5 kcal; ZS: 42.3 g; TZS: 14.7 g; SZH: 127.6 g; CK: 22.8 g; FH: 55.0 g; SÓ: 6.8 g;	EN: 1031.7 kcal; ZS: 46.3 g; TZS: 9.5 g; SZH: 125.0 g; CK: 31.8 g; FH: 33.4 g; SÓ: 6.4 g;	EN: 748.9 kcal; ZS: 30.2 g; TZS: 8.4 g; SZH: 75.9 g; CK: 5.1 g; FH: 35.4 g; SÓ: 5.2 g;	EN: 1476.9 kcal; ZS: 65.9 g; TZS: 16.8 g; SZH: 142.3 g; CK: 4.0 g; FH: 72.7 g; SÓ: 4.5 g;

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-Rákfélék; 3-Tojás; 4-Halak; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezámag; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.



	Hétfő 04.06	Kedd 04.07	Szerda 04.08	Csütörtök 04.09	Péntek 04.10	Szombat 04.11	Vasárnap 04.12
Ebéd B	Fejtett bableves (1;) EN:166.1kcal ZS:0.7g TZS:0.1g SZH:27.2g CK:2.7g FH:9.1g SÓ:1.7g	Tojásleves (1;3;) EN:229.1kcal ZS:20.6g TZS:2.9g SZH:5.9g CK:0.0g FH:4.6g SÓ:1.3g	Póréhagymakrémleves (7;) EN:132.7kcal ZS:11.9g TZS:4.3g SZH:4.6g CK:1.3g FH:1.9g SÓ:1.1g	Vajgaluskaleves (1;3;) EN:69.9kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:13.1g CK:3.5g FH:2.7g SÓ:2.4g	Vaníliás körteleves (1;7;) EN:139.7kcal ZS:1.4g TZS:0.6g SZH:31.1g CK:23.3g FH:3.0g SÓ:2.1g	Húsleves (9;) EN:59.8kcal ZS:1.5g TZS:0.5g SZH:5.6g CK:2.7g FH:5.4g SÓ:1.9g	Magyaros karalábéleves (1;3;) EN:273.9kcal ZS:15.2g TZS:1.8g SZH:29.6g CK:0.2g FH:5.7g SÓ:0.6g
	Rántott karfiol (1;) EN:469.5kcal ZS:34.6g TZS:3.8g SZH:31.5g CK:3.1g FH:6.6g SÓ:1.1g	Zöldséges vagdalt (1;3;) EN:345.2kcal ZS:6.4g TZS:2.0g SZH:44.6g CK:3.3g FH:25.3g SÓ:1.8g	Levesgyöngy (1;3;7;) EN:50.0kcal ZS:2.8g TZS:1.3g SZH:5.3g CK:0.6g FH:0.8g SÓ:0.1g	Roston sült tofu (6;) EN:163.5kcal ZS:10.8g TZS:1.7g SZH:0.8g CK:0.5g FH:15.0g SÓ:0.6g	Borsos zöldségtokány (1;) EN:269.7kcal ZS:18.8g TZS:2.1g SZH:20.5g CK:3.4g FH:4.0g SÓ:1.7g	Levesbetét tészta (1;) EN:37.5kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:7.4g CK:0.3g FH:1.3g SÓ:0.4g	Parajos lasagne (1;7;) EN:507.6kcal ZS:7.0g TZS:1.3g SZH:92.4g CK:7.3g FH:16.4g SÓ:1.4g
	Rizi-bizi EN:465.5kcal ZS:8.3g TZS:1.1g SZH:82.7g CK:0.1g FH:14.0g SÓ:1.7g	Lencsefőzelék (1;7;10;) EN:653.0kcal ZS:21.8g TZS:4.0g SZH:81.9g CK:19.7g FH:24.2g SÓ:1.7g	Paprikás burgonya húsmentes (12;) EN:356.5kcal ZS:8.3g TZS:0.8g SZH:56.2g CK:0.0g FH:7.7g SÓ:0.7g	Brokkolifőzelék (1;7;12;) EN:313.2kcal ZS:17.0g TZS:4.6g SZH:34.6g CK:11.2g FH:7.0g SÓ:1.7g	Tarhonya (1;) EN:426.7kcal ZS:10.1g TZS:1.2g SZH:71.7g CK:3.5g FH:12.5g SÓ:1.5g	Gomba brassói (7;) EN:129.1kcal ZS:7.1g TZS:2.0g SZH:8.5g CK:0.6g FH:7.6g SÓ:2.0g	Körte EN:130.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:30.0g CK:3.8g FH:1.0g SÓ:0.0g
	Csalamádé * (10;12;) EN:18.0kcal ZS:0.1g SZH:2.4g CK:1.0g FH:0.8g SÓ:2.0g	teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g	Csemege uborka * (10;12;) EN:11.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:0.4g FH:0.8g SÓ:1.8g	teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g	Cékla saláta * (10;) EN:42.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:5.0g FH:1.8g SÓ:1.1g	Sült burgonya EN:717.7kcal ZS:37.0g TZS:7.5g SZH:84.4g CK:0.7g FH:7.7g SÓ:1.7g	
	Meggyes pite (1;3;6;) EN:152.5kcal ZS:8.9g TZS:5.5g SZH:17.2g CK:6.5g FH:1.5g SÓ:0.0g			Tejszelet (1;3;6;7;) EN:92.2kcal ZS:4.6g TZS:4.2g SZH:14.2g CK:8.1g FH:1.8g SÓ:0.0g		Mongol saláta * (10;) EN:29.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:3.6g CK:2.1g FH:2.6g SÓ:1.1g	
Napi összesítés	EN: 1271.6 kcal; ZS: 52.6 g; TZS: 10.5 g; SZH: 161.0 g; CK: 13.4 g; FH: 32.0 g; SÓ: 6.5 g;	EN: 1560.4 kcal; ZS: 50.7 g; TZS: 9.3 g; SZH: 197.4 g; CK: 23.0 g; FH: 66.1 g; SÓ: 6.5 g;	EN: 550.8 kcal; ZS: 23.1 g; TZS: 6.4 g; SZH: 68.0 g; CK: 2.3 g; FH: 11.3 g; SÓ: 3.6 g;	EN: 971.9 kcal; ZS: 34.6 g; TZS: 11.0 g; SZH: 127.7 g; CK: 23.3 g; FH: 38.5 g; SÓ: 6.4 g;	EN: 878.1 kcal; ZS: 30.5 g; TZS: 3.9 g; SZH: 133.8 g; CK: 35.3 g; FH: 21.3 g; SÓ: 6.3 g;	EN: 973.5 kcal; ZS: 46.0 g; TZS: 10.1 g; SZH: 109.4 g; CK: 6.4 g; FH: 24.6 g; SÓ: 7.1 g;	EN: 911.5 kcal; ZS: 22.1 g; TZS: 3.1 g; SZH: 152.0 g; CK: 11.3 g; FH: 23.2 g; SÓ: 2.0 g;

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-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, szulfidok; 13-Csilagfürt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszeret tartalmaz.