



	Hétfő 06.01	Kedd 06.02	Szerda 06.03	Csütörtök 06.04	Péntek 06.05	Szombat 06.06	Vasárnap 06.07
<b>Ebéd A</b>	<b>Lencsegyulás sertéshússal (1;3;)</b> EN:506.7kcal ZS:21.8g TZS:4.8g SZH:44.4g CK:1.3g FH:26.9g SÓ:1.7g	<b>Húsgaluska leves (sertés) (1;3;)</b> EN:227.4kcal ZS:12.7g TZS:4.4g SZH:14.4g CK:3.2g FH:13.6g SÓ:0.2g	<b>Sajtkrémleves (7;)</b> EN:621.3kcal ZS:45.0g TZS:27.8g SZH:22.6g CK:21.7g FH:30.4g SÓ:3.4g	<b>Tarhonyaleves (1;12;)</b> EN:266.3kcal ZS:14.9g TZS:1.6g SZH:27.5g CK:0.7g FH:4.3g SÓ:1.7g	<b>Tejfőlös karalábéleves (1;3;7;)</b> EN:313.5kcal ZS:18.8g TZS:4.8g SZH:30.6g CK:1.3g FH:6.5g SÓ:0.6g	<b>Minestrone zöldségleves (1;9;)</b> EN:66.5kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:11.8g CK:0.8g FH:3.1g SÓ:1.4g	<b>Magyaros gombaleves (1;3;)</b> EN:244.8kcal ZS:15.0g TZS:1.7g SZH:19.2g CK:0.1g FH:7.5g SÓ:0.7g
	<b>Darás metélt (1;)</b> EN:727.8kcal ZS:30.4g TZS:3.7g SZH:97.6g CK:0.0g FH:14.2g SÓ:1.6g	<b>Zöldfűszeres csirkecomb filé</b> EN:523.6kcal ZS:30.1g TZS:6.1g SZH:0.1g CK:0.0g FH:58.5g SÓ:5.4g	<b>Pirított tökmag</b> EN:54.1kcal ZS:4.6g TZS:0.9g SZH:1.8g CK:0.1g FH:2.5g SÓ:0.0g	<b>Főtt sertéskaraj</b> EN:327.5kcal ZS:21.4g TZS:5.7g SZH:0.6g CK:0.0g FH:31.5g SÓ:1.9g	<b>Sertés pörkölt</b> EN:238.9kcal ZS:13.3g TZS:2.8g SZH:6.1g CK:0.0g FH:22.0g SÓ:2.5g	<b>Párizsi csirkemell (1;3;7;)</b> EN:505.7kcal ZS:36.1g TZS:5.0g SZH:16.0g CK:0.4g FH:27.2g SÓ:1.8g	<b>Vadas s.ragu (1;7;9;10;)</b> EN:269.4kcal ZS:14.0g TZS:4.7g SZH:15.1g CK:7.8g FH:18.6g SÓ:0.3g
	<b>Barack lekvár</b> EN:97.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:23.2g CK:20.4g FH:0.2g SÓ:0.0g	<b>Bulgur köret 1/2 (1;)</b> EN:304.4kcal ZS:4.1g TZS:0.3g SZH:56.0g CK:8.0g FH:10.4g SÓ:0.5g	<b>Szárnyasrizottó (9;)</b> EN:436.5kcal ZS:15.5g TZS:2.6g SZH:43.8g CK:0.5g FH:28.3g SÓ:3.2g	<b>Tökfőzelék (1;7;)</b> EN:445.7kcal ZS:20.6g TZS:6.4g SZH:58.0g CK:25.3g FH:6.5g SÓ:1.4g	<b>Galuska köret (1;3;)</b> EN:602.9kcal ZS:20.5g TZS:2.1g SZH:129.0g CK:0.0g FH:36.0g SÓ:1.4g	<b>Majonézes kukorica (3;7;10;)</b> EN:496.3kcal ZS:25.6g TZS:4.6g SZH:54.4g CK:33.5g FH:7.5g SÓ:1.1g	<b>Zsemlegombóc (1;3;)</b> EN:375.1kcal ZS:4.7g TZS:0.7g SZH:70.5g CK:0.7g FH:9.8g SÓ:1.4g
	<b>Alma</b> EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g	<b>Angol zöldségköret 1/2 (7;12;)</b> EN:236.0kcal ZS:2.6g TZS:1.0g SZH:39.7g CK:1.9g FH:8.7g SÓ:0.7g	<b>Kovászos uborka * (1;10;)</b> EN:12.0kcal ZS:0.1g SZH:2.9g CK:1.4g FH:0.5g SÓ:1.6g	<b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g	<b>Cékla saláta * (10;)</b> EN:42.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:5.0g FH:1.8g SÓ:1.1g		<b>Alma</b> EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g
		<b>Nektarin</b> EN:73.5kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:17.1g CK:11.9g FH:0.6g SÓ:0.0g		<b>Tejszelet (1;3;6;7;)</b> EN:92.2kcal ZS:4.6g TZS:4.2g SZH:14.2g CK:8.1g FH:1.8g SÓ:0.0g	<b>Körte</b> EN:130.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:30.0g CK:3.8g FH:1.0g SÓ:0.0g		
<b>Ebéd B</b>	<b>Magyaros lencseleves (1;10;)</b> EN:292.5kcal ZS:5.1g TZS:0.5g SZH:41.4g CK:5.3g FH:15.1g SÓ:1.4g	<b>Daragaluskaleves (1;3;)</b> EN:253.2kcal ZS:18.7g TZS:2.0g SZH:19.1g CK:4.0g FH:3.7g SÓ:0.1g	<b>Sajtkrémleves (7;)</b> EN:621.3kcal ZS:45.0g TZS:27.8g SZH:22.6g CK:21.7g FH:30.4g SÓ:3.4g	<b>Tarhonyaleves (1;12;)</b> EN:266.3kcal ZS:14.9g TZS:1.6g SZH:27.5g CK:0.7g FH:4.3g SÓ:1.7g	<b>Tejfőlös karalábéleves (1;3;7;)</b> EN:313.5kcal ZS:18.8g TZS:4.8g SZH:30.6g CK:1.3g FH:6.5g SÓ:0.6g	<b>Minestrone zöldségleves (1;9;)</b> EN:66.5kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:11.8g CK:0.8g FH:3.1g SÓ:1.4g	<b>Magyaros gombaleves (1;3;)</b> EN:244.8kcal ZS:15.0g TZS:1.7g SZH:19.2g CK:0.1g FH:7.5g SÓ:0.7g
	<b>Zöldséges rakott tészta (1;3;7;)</b> EN:556.8kcal ZS:13.8g TZS:8.5g SZH:83.3g CK:9.4g FH:25.1g SÓ:1.9g	<b>Zöldfűszeres sült tofu (6;)</b> EN:580.6kcal ZS:42.4g TZS:6.2g SZH:2.2g CK:1.2g FH:45.0g SÓ:4.9g	<b>Pirított tökmag</b> EN:54.1kcal ZS:4.6g TZS:0.9g SZH:1.8g CK:0.1g FH:2.5g SÓ:0.0g	<b>Falafel (1;)</b> EN:407.8kcal ZS:30.0g TZS:3.3g SZH:25.0g CK:1.5g FH:7.4g SÓ:0.9g	<b>Gombapörkölt</b> EN:116.2kcal ZS:5.4g TZS:0.6g SZH:8.8g CK:0.6g FH:7.0g SÓ:1.7g	<b>Rántott sajt (1;3;7;)</b> EN:448.4kcal ZS:35.5g TZS:10.3g SZH:18.9g CK:1.3g FH:12.6g SÓ:1.1g	<b>Vadas zöldségragu (1;7;9;10;)</b> EN:189.4kcal ZS:10.4g TZS:3.2g SZH:20.2g CK:8.5g FH:3.8g SÓ:0.2g
	<b>Alma</b> EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g	<b>Bulgur köret 1/2 (1;)</b> EN:304.4kcal ZS:4.1g TZS:0.3g SZH:56.0g CK:8.0g FH:10.4g SÓ:0.5g	<b>Zöldség rizottó (7;9;)</b> EN:285.4kcal ZS:9.7g TZS:1.1g SZH:43.0g CK:0.0g FH:5.2g SÓ:3.0g	<b>Tökfőzelék (1;7;)</b> EN:445.7kcal ZS:20.6g TZS:6.4g SZH:58.0g CK:25.3g FH:6.5g SÓ:1.4g	<b>Galuska köret (1;3;)</b> EN:602.9kcal ZS:20.5g TZS:2.1g SZH:129.0g CK:0.0g FH:36.0g SÓ:1.4g	<b>Párolt rizs köret</b> EN:451.9kcal ZS:5.7g TZS:0.7g SZH:88.4g CK:0.0g FH:9.4g SÓ:1.4g	<b>Zsemlegombóc (1;3;)</b> EN:375.1kcal ZS:4.7g TZS:0.7g SZH:70.5g CK:0.7g FH:9.8g SÓ:1.4g
		<b>Angol zöldségköret 1/2 (7;12;)</b> EN:236.0kcal ZS:2.6g TZS:1.0g SZH:39.7g CK:1.9g FH:8.7g SÓ:0.7g	<b>Kovászos uborka * (1;10;)</b> EN:12.0kcal ZS:0.1g SZH:2.9g CK:1.4g FH:0.5g SÓ:1.6g	<b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g	<b>Cékla saláta * (10;)</b> EN:42.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:5.0g FH:1.8g SÓ:1.1g	<b>Tartármártás (3;7;10;)</b> EN:234.5kcal ZS:20.5g TZS:5.8g SZH:9.7g CK:8.2g FH:1.4g SÓ:1.7g	<b>Alma</b> EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g
		<b>Nektarin</b> EN:73.5kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:17.1g CK:11.9g FH:0.6g SÓ:0.0g		<b>Tejszelet (1;3;6;7;)</b> EN:92.2kcal ZS:4.6g TZS:4.2g SZH:14.2g CK:8.1g FH:1.8g SÓ:0.0g	<b>Körte</b> EN:130.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:30.0g CK:3.8g FH:1.0g SÓ:0.0g		
<b>Napi összesítés</b>	EN: 2321.0 kcal; ZS: 72.9 g; TZS:	EN: 2812.6 kcal; ZS: 118.2 g; TZS:	EN: 2096.7 kcal; ZS: 124.6 g; TZS:	EN: 3009.8 kcal; ZS: 135.2 g; TZS:	EN: 2532.1 kcal; ZS: 97.5 g; TZS:	EN: 2269.6 kcal; ZS: 124.0 g; TZS:	EN: 1838.6 kcal; ZS: 65.5 g; TZS:

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-Halac; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezámag; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfürt; 14-Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.

Hétfő  
06.01Kedd  
06.02Szerda  
06.03Csütörtök  
06.04Péntek  
06.05Szombat  
06.06Vasárnap  
06.07

Ebéd B



	Hétfő 06.01	Kedd 06.02	Szerda 06.03	Csütörtök 06.04	Péntek 06.05	Szombat 06.06	Vasárnap 06.07
<b>Ebéd A</b>	<b>Lencsegyulás sertéshússal (1;3;)</b> EN:506.7kcal ZS:21.8g TZS:4.8g SZH:44.4g CK:1.3g FH:26.9g SÓ:1.7g	<b>Húsgaluska leves (sertés) (1;3;)</b> EN:227.4kcal ZS:12.7g TZS:4.4g SZH:14.4g CK:3.2g FH:13.6g SÓ:0.2g	<b>Sajtkrémleves (7;)</b> EN:621.3kcal ZS:45.0g TZS:27.8g SZH:22.6g CK:21.7g FH:30.4g SÓ:3.4g	<b>Tarhonyaleves (1;12;)</b> EN:266.3kcal ZS:14.9g TZS:1.6g SZH:27.5g CK:0.7g FH:4.3g SÓ:1.7g	<b>Tejfőlés karalábéleves (1;3;7;)</b> EN:313.5kcal ZS:18.8g TZS:4.8g SZH:30.6g CK:1.3g FH:6.5g SÓ:0.6g	<b>Minestrone zöldségleves (1;9;)</b> EN:66.5kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:11.8g CK:0.8g FH:3.1g SÓ:1.4g	<b>Magyaros gombaleves (1;3;)</b> EN:244.8kcal ZS:15.0g TZS:1.7g SZH:19.2g CK:0.1g FH:7.5g SÓ:0.7g
	<b>Darás metélt (1;)</b> EN:727.8kcal ZS:30.4g TZS:3.7g SZH:97.6g CK:0.0g FH:14.2g SÓ:1.6g	<b>Zöldfűszeres csirkecomb filé</b> EN:523.6kcal ZS:30.1g TZS:6.1g SZH:0.1g CK:0.0g FH:58.5g SÓ:5.4g	<b>Pirított tökmag</b> EN:54.1kcal ZS:4.6g TZS:0.9g SZH:1.8g CK:0.1g FH:2.5g SÓ:0.0g	<b>Főtt sertéskaraj</b> EN:327.5kcal ZS:21.4g TZS:5.7g SZH:0.6g CK:0.0g FH:31.5g SÓ:1.9g	<b>Sertés pörkölt</b> EN:238.9kcal ZS:13.3g TZS:2.8g SZH:6.1g CK:0.0g FH:22.0g SÓ:2.5g	<b>Párizsi csirkemell (1;3;7;)</b> EN:505.7kcal ZS:36.1g TZS:5.0g SZH:16.0g CK:0.4g FH:27.2g SÓ:1.8g	<b>Vadas s.ragu (1;7;9;10;)</b> EN:269.4kcal ZS:14.0g TZS:4.7g SZH:15.1g CK:7.8g FH:18.6g SÓ:0.3g
	<b>Barack lekvár</b> EN:97.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:23.2g CK:20.4g FH:0.2g SÓ:0.0g	<b>Bulgur köret 1/2 (1;)</b> EN:304.4kcal ZS:4.1g TZS:0.3g SZH:56.0g CK:8.0g FH:10.4g SÓ:0.5g	<b>Szárnyasrizottó (9;)</b> EN:436.5kcal ZS:15.5g TZS:2.6g SZH:43.8g CK:0.5g FH:28.3g SÓ:3.2g	<b>Tökfőzelék (1;7;)</b> EN:445.7kcal ZS:20.6g TZS:6.4g SZH:58.0g CK:25.3g FH:6.5g SÓ:1.4g	<b>Galuska köret (1;3;)</b> EN:602.9kcal ZS:20.5g TZS:2.1g SZH:129.0g CK:0.0g FH:36.0g SÓ:1.4g	<b>Majonézes kukorica (3;7;10;)</b> EN:496.3kcal ZS:25.6g TZS:4.6g SZH:54.4g CK:33.5g FH:7.5g SÓ:1.1g	<b>Zsemlegombóc (1;3;)</b> EN:375.1kcal ZS:4.7g TZS:0.7g SZH:70.5g CK:0.7g FH:9.8g SÓ:1.4g
	<b>Alma</b> EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g	<b>Angol zöldségköret 1/2 (7;12;)</b> EN:236.0kcal ZS:2.6g TZS:1.0g SZH:39.7g CK:1.9g FH:8.7g SÓ:0.7g	<b>Kovászos uborka * (1;10;)</b> EN:12.0kcal ZS:0.1g SZH:2.9g CK:1.4g FH:0.5g SÓ:1.6g	<b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g	<b>Cékla saláta * (10;)</b> EN:42.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:5.0g FH:1.8g SÓ:1.1g		<b>Alma</b> EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g
		<b>Nektarin</b> EN:73.5kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:17.1g CK:11.9g FH:0.6g SÓ:0.0g		<b>Tejszelet (1;3;6;7;)</b> EN:92.2kcal ZS:4.6g TZS:4.2g SZH:14.2g CK:8.1g FH:1.8g SÓ:0.0g	<b>Körte</b> EN:130.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:30.0g CK:3.8g FH:1.0g SÓ:0.0g		
<b>Ebéd B</b>	<b>Magyaros lencseleves (1;10;)</b> EN:292.5kcal ZS:5.1g TZS:0.5g SZH:41.4g CK:5.3g FH:15.1g SÓ:1.4g	<b>Daragaluskaleves (1;3;)</b> EN:253.2kcal ZS:18.7g TZS:2.0g SZH:19.1g CK:4.0g FH:3.7g SÓ:0.1g	<b>Sajtkrémleves (7;)</b> EN:621.3kcal ZS:45.0g TZS:27.8g SZH:22.6g CK:21.7g FH:30.4g SÓ:3.4g	<b>Tarhonyaleves (1;12;)</b> EN:266.3kcal ZS:14.9g TZS:1.6g SZH:27.5g CK:0.7g FH:4.3g SÓ:1.7g	<b>Tejfőlés karalábéleves (1;3;7;)</b> EN:313.5kcal ZS:18.8g TZS:4.8g SZH:30.6g CK:1.3g FH:6.5g SÓ:0.6g	<b>Minestrone zöldségleves (1;9;)</b> EN:66.5kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:11.8g CK:0.8g FH:3.1g SÓ:1.4g	<b>Magyaros gombaleves (1;3;)</b> EN:244.8kcal ZS:15.0g TZS:1.7g SZH:19.2g CK:0.1g FH:7.5g SÓ:0.7g
	<b>Zöldséges rakott tészta (1;3;7;)</b> EN:556.8kcal ZS:13.8g TZS:8.5g SZH:83.3g CK:9.4g FH:25.1g SÓ:1.9g	<b>Zöldfűszeres sült tofu (6;)</b> EN:580.6kcal ZS:42.4g TZS:6.2g SZH:2.2g CK:1.2g FH:45.0g SÓ:4.9g	<b>Pirított tökmag</b> EN:54.1kcal ZS:4.6g TZS:0.9g SZH:1.8g CK:0.1g FH:2.5g SÓ:0.0g	<b>Falafel (1;)</b> EN:407.8kcal ZS:30.0g TZS:3.3g SZH:25.0g CK:1.5g FH:7.4g SÓ:0.9g	<b>Gombapörkölt</b> EN:116.2kcal ZS:5.4g TZS:0.6g SZH:8.8g CK:0.6g FH:7.0g SÓ:1.7g	<b>Rántott sajt (1;3;7;)</b> EN:448.4kcal ZS:35.5g TZS:10.3g SZH:18.9g CK:1.3g FH:12.6g SÓ:1.1g	<b>Vadas zöldségragu (1;7;9;10;)</b> EN:189.4kcal ZS:10.4g TZS:3.2g SZH:20.2g CK:8.5g FH:3.8g SÓ:0.2g
	<b>Alma</b> EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g	<b>Bulgur köret 1/2 (1;)</b> EN:304.4kcal ZS:4.1g TZS:0.3g SZH:56.0g CK:8.0g FH:10.4g SÓ:0.5g	<b>Zöldség rizottó (7;9;)</b> EN:285.4kcal ZS:9.7g TZS:1.1g SZH:43.0g CK:0.0g FH:5.2g SÓ:3.0g	<b>Tökfőzelék (1;7;)</b> EN:445.7kcal ZS:20.6g TZS:6.4g SZH:58.0g CK:25.3g FH:6.5g SÓ:1.4g	<b>Galuska köret (1;3;)</b> EN:602.9kcal ZS:20.5g TZS:2.1g SZH:129.0g CK:0.0g FH:36.0g SÓ:1.4g	<b>Párolt rizs köret</b> EN:451.9kcal ZS:5.7g TZS:0.7g SZH:88.4g CK:0.0g FH:9.4g SÓ:1.4g	<b>Zsemlegombóc (1;3;)</b> EN:375.1kcal ZS:4.7g TZS:0.7g SZH:70.5g CK:0.7g FH:9.8g SÓ:1.4g
		<b>Angol zöldségköret 1/2 (7;12;)</b> EN:236.0kcal ZS:2.6g TZS:1.0g SZH:39.7g CK:1.9g FH:8.7g SÓ:0.7g	<b>Kovászos uborka * (1;10;)</b> EN:12.0kcal ZS:0.1g SZH:2.9g CK:1.4g FH:0.5g SÓ:1.6g	<b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g	<b>Cékla saláta * (10;)</b> EN:42.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:5.0g FH:1.8g SÓ:1.1g	<b>Tartármártás (3;7;10;)</b> EN:234.5kcal ZS:20.5g TZS:5.8g SZH:9.7g CK:8.2g FH:1.4g SÓ:1.7g	<b>Alma</b> EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g
		<b>Nektarin</b> EN:73.5kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:17.1g CK:11.9g FH:0.6g SÓ:0.0g		<b>Tejszelet (1;3;6;7;)</b> EN:92.2kcal ZS:4.6g TZS:4.2g SZH:14.2g CK:8.1g FH:1.8g SÓ:0.0g	<b>Körte</b> EN:130.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:30.0g CK:3.8g FH:1.0g SÓ:0.0g		
	17.4 g; SZH: 317.8 g; CK: 52.4 g; FH:	21.2 g; SZH: 261.4 g; CK: 52.0 g; FH:	61.1 g; SZH: 141.4 g; CK: 46.8 g; FH:	34.2 g; SZH: 355.1 g; CK: 69.7 g; FH:	17.1 g; SZH: 415.3 g; CK: 20.8 g; FH:	26.5 g; SZH: 211.0 g; CK: 44.9 g; FH:	12.8 g; SZH: 242.8 g; CK: 34.1 g; FH:

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-Halal; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfürt; 14-Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.

Hétfő  
06.01Kedd  
06.02Szerda  
06.03Csütörtök  
06.04Péntek  
06.05Szombat  
06.06Vasárnap  
06.07

Ebéd B

	Hétfő 06.01	Kedd 06.02	Szerda 06.03	Csütörtök 06.04	Péntek 06.05	Szombat 06.06	Vasárnap 06.07
<b>Ebéd A</b>	<b>Lencsegyulás sertéshússal (1;3;)</b> EN:506.7kcal ZS:21.8g TZS:4.8g SZH:44.4g CK:1.3g FH:26.9g SÓ:1.7g  <b>Darás metélt (1;)</b> EN:727.8kcal ZS:30.4g TZS:3.7g SZH:97.6g CK:0.0g FH:14.2g SÓ:1.6g  <b>Barack lekvár</b> EN:97.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:23.2g CK:20.4g FH:0.2g SÓ:0.0g  <b>Alma</b> EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g  <b>Nektarin</b> EN:73.5kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:17.1g CK:11.9g FH:0.6g SÓ:0.0g	<b>Húsgaluska leves (sertés) (1;3;)</b> EN:227.4kcal ZS:12.7g TZS:4.4g SZH:14.4g CK:3.2g FH:13.6g SÓ:0.2g  <b>Zöldfűszeres csirkecomb filé</b> EN:523.6kcal ZS:30.1g TZS:6.1g SZH:0.1g CK:0.0g FH:58.5g SÓ:5.4g  <b>Bulgur köret 1/2 (1;)</b> EN:304.4kcal ZS:4.1g TZS:0.3g SZH:56.0g CK:8.0g FH:10.4g SÓ:0.5g  <b>Angol zöldségköret 1/2 (7;12;)</b> EN:236.0kcal ZS:2.6g TZS:1.0g SZH:39.7g CK:1.9g FH:8.7g SÓ:0.7g  <b>Nektarin</b> EN:73.5kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:17.1g CK:11.9g FH:0.6g SÓ:0.0g	<b>Sajtkrémleves (7;)</b> EN:621.3kcal ZS:45.0g TZS:27.8g SZH:22.6g CK:21.7g FH:30.4g SÓ:3.4g  <b>Pirított tökmag</b> EN:54.1kcal ZS:4.6g TZS:0.9g SZH:1.8g CK:0.1g FH:2.5g SÓ:0.0g  <b>Szárnyszerítő (9;)</b> EN:436.5kcal ZS:15.5g TZS:2.6g SZH:43.8g CK:0.5g FH:28.3g SÓ:3.2g  <b>Kovászos uborka * (1;10;)</b> EN:12.0kcal ZS:0.1g SZH:2.9g CK:1.4g FH:0.5g SÓ:1.6g	<b>Tarhonyaleves (1;12;)</b> EN:266.3kcal ZS:14.9g TZS:1.6g SZH:27.5g CK:0.7g FH:4.3g SÓ:1.7g  <b>Főtt sertéskaraj</b> EN:327.5kcal ZS:21.4g TZS:5.7g SZH:0.6g CK:0.0g FH:31.5g SÓ:1.9g  <b>Tökfőzelék (1;7;)</b> EN:445.7kcal ZS:20.6g TZS:6.4g SZH:58.0g CK:25.3g FH:6.5g SÓ:1.4g  <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g  <b>Tejszelet (1;3;6;7;)</b> EN:92.2kcal ZS:4.6g TZS:4.2g SZH:14.2g CK:8.1g FH:1.8g SÓ:0.0g	<b>Tejfőlös karalábéleves (1;3;7;)</b> EN:313.5kcal ZS:18.8g TZS:4.8g SZH:30.6g CK:1.3g FH:6.5g SÓ:0.6g  <b>Sertés pörkölt</b> EN:238.9kcal ZS:13.3g TZS:2.8g SZH:6.1g CK:0.0g FH:22.0g SÓ:2.5g  <b>Galuska köret (1;3;)</b> EN:602.9kcal ZS:20.5g TZS:2.1g SZH:129.0g CK:0.0g FH:36.0g SÓ:1.4g  <b>Cékla saláta * (10;)</b> EN:42.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:5.0g FH:1.8g SÓ:1.1g  <b>Körte</b> EN:130.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:30.0g CK:3.8g FH:1.0g SÓ:0.0g	<b>Minestrone zöldségleves (1;9;)</b> EN:66.5kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:11.8g CK:0.8g FH:3.1g SÓ:1.4g  <b>Párizsi csirkemell (1;3;7;)</b> EN:505.7kcal ZS:36.1g TZS:5.0g SZH:16.0g CK:0.4g FH:27.2g SÓ:1.8g  <b>Majonézes kukorica (3;7;10;)</b> EN:496.3kcal ZS:25.6g TZS:4.6g SZH:54.4g CK:33.5g FH:7.5g SÓ:1.1g  <b>Alma</b> EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g	<b>Magyaros gombaleves (1;3;)</b> EN:244.8kcal ZS:15.0g TZS:1.7g SZH:19.2g CK:0.1g FH:7.5g SÓ:0.7g  <b>Vadas s.ragu (1;7;9;10;)</b> EN:269.4kcal ZS:14.0g TZS:4.7g SZH:15.1g CK:7.8g FH:18.6g SÓ:0.3g  <b>Zsemlegombóc (1;3;)</b> EN:375.1kcal ZS:4.7g TZS:0.7g SZH:70.5g CK:0.7g FH:9.8g SÓ:1.4g  <b>Alma</b> EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g
<b>Ebéd B</b>	<b>Magyaros lencseleves (1;10;)</b> EN:292.5kcal ZS:5.1g TZS:0.5g SZH:41.4g CK:5.3g FH:15.1g SÓ:1.4g  <b>Zöldséges rakott tészta (1;3;7;)</b> EN:556.8kcal ZS:13.8g TZS:8.5g SZH:83.3g CK:9.4g FH:25.1g SÓ:1.9g  <b>Alma</b> EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g	<b>Daragaluskaleves (1;3;)</b> EN:253.2kcal ZS:18.7g TZS:2.0g SZH:19.1g CK:4.0g FH:3.7g SÓ:0.1g  <b>Zöldfűszeres sült tofu (6;)</b> EN:580.6kcal ZS:42.4g TZS:6.2g SZH:2.2g CK:1.2g FH:45.0g SÓ:4.9g  <b>Bulgur köret 1/2 (1;)</b> EN:304.4kcal ZS:4.1g TZS:0.3g SZH:56.0g CK:8.0g FH:10.4g SÓ:0.5g  <b>Angol zöldségköret 1/2 (7;12;)</b> EN:236.0kcal ZS:2.6g TZS:1.0g SZH:39.7g CK:1.9g FH:8.7g SÓ:0.7g  <b>Nektarin</b> EN:73.5kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:17.1g CK:11.9g FH:0.6g SÓ:0.0g	<b>Sajtkrémleves (7;)</b> EN:621.3kcal ZS:45.0g TZS:27.8g SZH:22.6g CK:21.7g FH:30.4g SÓ:3.4g  <b>Pirított tökmag</b> EN:54.1kcal ZS:4.6g TZS:0.9g SZH:1.8g CK:0.1g FH:2.5g SÓ:0.0g  <b>Zöldség rizottó (7;9;)</b> EN:285.4kcal ZS:9.7g TZS:1.1g SZH:43.0g CK:0.0g FH:5.2g SÓ:3.0g  <b>Kovászos uborka * (1;10;)</b> EN:12.0kcal ZS:0.1g SZH:2.9g CK:1.4g FH:0.5g SÓ:1.6g	<b>Tarhonyaleves (1;12;)</b> EN:266.3kcal ZS:14.9g TZS:1.6g SZH:27.5g CK:0.7g FH:4.3g SÓ:1.7g  <b>Falafel (1;)</b> EN:407.8kcal ZS:30.0g TZS:3.3g SZH:25.0g CK:1.5g FH:7.4g SÓ:0.9g  <b>Tökfőzelék (1;7;)</b> EN:445.7kcal ZS:20.6g TZS:6.4g SZH:58.0g CK:25.3g FH:6.5g SÓ:1.4g  <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g  <b>Tejszelet (1;3;6;7;)</b> EN:92.2kcal ZS:4.6g TZS:4.2g SZH:14.2g CK:8.1g FH:1.8g SÓ:0.0g	<b>Tejfőlös karalábéleves (1;3;7;)</b> EN:313.5kcal ZS:18.8g TZS:4.8g SZH:30.6g CK:1.3g FH:6.5g SÓ:0.6g  <b>Gombapörkölt</b> EN:116.2kcal ZS:5.4g TZS:0.6g SZH:8.8g CK:0.6g FH:7.0g SÓ:1.7g  <b>Galuska köret (1;3;)</b> EN:602.9kcal ZS:20.5g TZS:2.1g SZH:129.0g CK:0.0g FH:36.0g SÓ:1.4g  <b>Cékla saláta * (10;)</b> EN:42.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:5.0g FH:1.8g SÓ:1.1g  <b>Körte</b> EN:130.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:30.0g CK:3.8g FH:1.0g SÓ:0.0g	<b>Minestrone zöldségleves (1;9;)</b> EN:66.5kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:11.8g CK:0.8g FH:3.1g SÓ:1.4g  <b>Rántott sajt (1;3;7;)</b> EN:448.4kcal ZS:35.5g TZS:10.3g SZH:18.9g CK:1.3g FH:12.6g SÓ:1.1g  <b>Párolt rizs köret</b> EN:451.9kcal ZS:5.7g TZS:0.7g SZH:88.4g CK:0.0g FH:9.4g SÓ:1.4g  <b>Tartármártás (3;7;10;)</b> EN:234.5kcal ZS:20.5g TZS:5.8g SZH:9.7g CK:8.2g FH:1.4g SÓ:1.7g	<b>Magyaros gombaleves (1;3;)</b> EN:244.8kcal ZS:15.0g TZS:1.7g SZH:19.2g CK:0.1g FH:7.5g SÓ:0.7g  <b>Vadas zöldségragu (1;7;9;10;)</b> EN:189.4kcal ZS:10.4g TZS:3.2g SZH:20.2g CK:8.5g FH:3.8g SÓ:0.2g  <b>Zsemlegombóc (1;3;)</b> EN:375.1kcal ZS:4.7g TZS:0.7g SZH:70.5g CK:0.7g FH:9.8g SÓ:1.4g  <b>Alma</b> EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g
	83.0 g; SÓ: 6.8 g;	160.3 g; SÓ: 13.2 g;	100.1 g; SÓ: 16.1 g;	88.3 g; SÓ: 12.5 g;	119.5 g; SÓ: 10.2 g;	64.4 g; SÓ: 9.8 g;	58.8 g; SÓ: 4.8 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(nehézség: g/adag); SÓ(só: g/adag); CA(kalcium: mg/adag). Allergének: 1-Glutén; 2-Rákfélék; 3-Tojás; 4-Halal; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfürt; 14-Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.