



	Hétfő 06.08	Kedd 06.09	Szerda 06.10	Csütörtök 06.11	Péntek 06.12	Szombat 06.13	Vasárnap 06.14
Ebéd A	Csontleves EN:53.3kcal ZS:0.8g TZS:0.2g SZH:8.9g CK:3.8g FH:2.3g SÓ:2.1g Levesbetét tészta (1;) EN:37.5kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:7.4g CK:0.3g FH:1.3g SÓ:0.4g Köményes sertéssült EN:235.4kcal ZS:11.8g TZS:4.2g SZH:2.4g CK:0.1g FH:28.3g SÓ:1.0g Tört burgonya 1/2 (12;) EN:203.4kcal ZS:4.2g TZS:0.4g SZH:33.1g CK:0.0g FH:4.5g SÓ:1.4g Párolt káposzta 1/2 EN:111.8kcal ZS:5.8g TZS:0.6g SZH:12.4g CK:5.0g FH:2.1g SÓ:1.3g	Zöldséges lebbencsleves (1;) EN:151.1kcal ZS:8.8g TZS:1.0g SZH:14.6g CK:1.3g FH:2.9g SÓ:0.8g 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 Paradicsomos káposzta (1;) EN:338.8kcal ZS:6.6g TZS:0.7g SZH:61.6g CK:33.0g FH:6.7g SÓ:0.7g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Meggyleves (1;7;) EN:234.7kcal ZS:2.6g TZS:2.1g SZH:49.5g CK:39.7g FH:2.7g SÓ:0.7g 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 Párolt rizs köret EN:451.9kcal ZS:5.7g TZS:0.7g SZH:88.4g CK:0.0g FH:9.4g SÓ:1.4g Uborkasaláta EN:46.9kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:5.5g FH:2.1g SÓ:1.3g Nektarin EN:73.5kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:17.1g CK:11.9g FH:0.6g SÓ:0.0g	Zellerkrémleves (1;7;9;) EN:261.2kcal ZS:20.2g TZS:4.0g SZH:15.1g CK:1.9g FH:3.2g SÓ:1.8g Pírított tészta (1;) EN:35.1kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:7.2g CK:0.4g FH:1.2g SÓ:0.4g Lecsós csirkeragu EN:206.1kcal ZS:11.6g TZS:1.8g SZH:4.0g CK:0.0g FH:19.8g SÓ:0.5g Tarhonya (1;) EN:426.7kcal ZS:10.1g TZS:1.2g SZH:71.7g CK:3.5g FH:12.5g SÓ:1.5g	Daragaluskaleves (1;3;) EN:253.2kcal ZS:18.7g TZS:2.0g SZH:19.1g CK:4.0g FH:3.7g SÓ:0.1g Sült csirkemell EN:139.2kcal ZS:5.4g TZS:1.2g SZH:0.1g CK:0.0g FH:21.2g SÓ:0.8g Sárgaborsófézelék (1;) EN:581.0kcal ZS:26.5g TZS:6.2g SZH:60.9g CK:4.6g FH:22.9g SÓ:0.8g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g 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	Kolbászos gyöngybableves (1;9;) EN:566.7kcal ZS:25.8g TZS:7.2g SZH:55.9g CK:5.7g FH:26.5g SÓ:3.3g Gránátos kocka (1;12;) EN:926.5kcal ZS:21.0g TZS:2.5g SZH:152.4g CK:6.8g FH:27.0g SÓ:2.2g 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 Alma EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g	Francia hagymaleves (7;) EN:197.3kcal ZS:15.3g TZS:4.3g SZH:12.1g CK:1.1g FH:2.4g SÓ:1.1g Rakott karfiol (sertéshússal) (7;) EN:441.1kcal ZS:26.9g TZS:8.6g SZH:28.0g CK:1.4g FH:21.2g SÓ:0.3g Kókusz golyó (1;3;7;12;) EN:291.3kcal ZS:15.7g TZS:11.5g SZH:26.7g CK:8.0g FH:6.7g SÓ:0.4g
Ebéd B	Csontleves EN:53.3kcal ZS:0.8g TZS:0.2g SZH:8.9g CK:3.8g FH:2.3g SÓ:2.1g Levesbetét tészta (1;) EN:37.5kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:7.4g CK:0.3g FH:1.3g SÓ:0.4g Cukkinis sajtgolyó (1;7;) EN:449.6kcal ZS:36.5g TZS:9.6g SZH:17.6g CK:1.4g FH:13.1g SÓ:2.2g Burgonyapüré (7;12;) EN:234.6kcal ZS:5.8g TZS:3.1g SZH:34.6g CK:5.1g FH:7.3g SÓ:1.1g Párolt káposzta 1/2 EN:111.8kcal ZS:5.8g TZS:0.6g SZH:12.4g CK:5.0g FH:2.1g SÓ:1.3g	Zöldséges lebbencsleves (1;) EN:151.1kcal ZS:8.8g TZS:1.0g SZH:14.6g CK:1.3g FH:2.9g SÓ:0.8g Tojásvagdalt (1;3;) EN:450.0kcal ZS:28.6g TZS:3.5g SZH:38.2g CK:0.7g FH:8.9g SÓ:2.2g Paradicsomos káposzta (1;) EN:338.8kcal ZS:6.6g TZS:0.7g SZH:61.6g CK:33.0g FH:6.7g SÓ:0.7g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Meggyleves (1;7;) EN:234.7kcal ZS:2.6g TZS:2.1g SZH:49.5g CK:39.7g FH:2.7g SÓ:0.7g Borsos zöldségtokány (1;) EN:269.7kcal ZS:18.8g TZS:2.1g SZH:20.5g CK:3.4g FH:4.0g SÓ:1.7g Párolt rizs köret EN:451.9kcal ZS:5.7g TZS:0.7g SZH:88.4g CK:0.0g FH:9.4g SÓ:1.4g Uborkasaláta EN:46.9kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:5.5g FH:2.1g SÓ:1.3g Nektarin EN:73.5kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:17.1g CK:11.9g FH:0.6g SÓ:0.0g	Zellerkrémleves (1;7;9;) EN:261.2kcal ZS:20.2g TZS:4.0g SZH:15.1g CK:1.9g FH:3.2g SÓ:1.8g Pírított tészta (1;) EN:35.1kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:7.2g CK:0.4g FH:1.2g SÓ:0.4g Lecsóstarhonya (1;) EN:439.8kcal ZS:11.6g TZS:1.4g SZH:71.4g CK:3.6g FH:12.3g SÓ:2.1g	Daragaluskaleves (1;3;) EN:253.2kcal ZS:18.7g TZS:2.0g SZH:19.1g CK:4.0g FH:3.7g SÓ:0.1g Roston sült tofu (6;) EN:163.2kcal ZS:10.8g TZS:1.7g SZH:0.8g CK:0.4g FH:15.0g SÓ:0.7g Sárgaborsófézelék (1;) EN:581.0kcal ZS:26.5g TZS:6.2g SZH:60.9g CK:4.6g FH:22.9g SÓ:0.8g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g 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	Gyöngybableves (1;9;) EN:306.6kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:55.6g CK:5.4g FH:16.6g SÓ:1.7g Gránátos kocka (1;12;) EN:926.5kcal ZS:21.0g TZS:2.5g SZH:152.4g CK:6.8g FH:27.0g SÓ:2.2g 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 Alma EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g	Francia hagymaleves (7;) EN:197.3kcal ZS:15.3g TZS:4.3g SZH:12.1g CK:1.1g FH:2.4g SÓ:1.1g Rakott karfiol vega (7;) EN:319.5kcal ZS:15.0g TZS:4.9g SZH:29.8g CK:1.2g FH:14.0g SÓ:0.2g Kókusz golyó (1;3;7;12;) EN:291.3kcal ZS:15.7g TZS:11.5g SZH:26.7g CK:8.0g FH:6.7g SÓ:0.4g
Napi összesítés	EN: 1528.3 kcal; ZS: 71.8 g; TZS: 19.2 g; SZH: 145.0 g; CK: 24.8 g; FH: 64.5 g; SÓ: 13.1 g;	EN: 2192.3 kcal; ZS: 76.4 g; TZS: 12.8 g; SZH: 311.4 g; CK: 69.6 g; FH: 57.4 g; SÓ: 8.9 g;	EN: 2307.0 kcal; ZS: 71.3 g; TZS: 15.2 g; SZH: 360.2 g; CK: 117.6 g; FH: 49.7 g; SÓ: 10.2 g;	EN: 1665.1 kcal; ZS: 74.0 g; TZS: 12.5 g; SZH: 191.7 g; CK: 11.7 g; FH: 53.4 g; SÓ: 8.5 g;	EN: 2726.6 kcal; ZS: 108.4 g; TZS: 20.1 g; SZH: 324.5 g; CK: 25.4 g; FH: 105.0 g; SÓ: 5.5 g;	EN: 2889.4 kcal; ZS: 70.8 g; TZS: 12.3 g; SZH: 448.1 g; CK: 41.3 g; FH: 100.3 g; SÓ: 13.0 g;	EN: 1737.8 kcal; ZS: 103.9 g; TZS: 45.0 g; SZH: 135.2 g; CK: 20.7 g; FH: 53.4 g; SÓ: 3.4 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-Halal; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfürt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.