

	Hétfő 06.08	Kedd 06.09	Szerda 06.10	Csütörtök 06.11	Péntek 06.12
Tízórai	Tej (7;) EN:110.0kcal ZS:3.8g TZS:2.5g SZH:11.8g FH:7.3g SÓ:0.3g Barack extradzsem EN:60.8kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:14.5g CK:12.8g FH:0.1g SÓ:0.0g Margarin EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.4g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g Teljeskiórlésű kenyér (1;) EN:195.2kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:40.0g FH:5.8g SÓ:1.2g	Vanília tej (7;) EN:164.8kcal ZS:4.5g TZS:2.7g SZH:21.1g CK:19.8g FH:9.0g SÓ:0.3g Teavaj (7;) EN:56.6kcal ZS:6.2g TZS:4.0g SZH:0.1g CK:0.0g FH:0.1g SÓ:0.1g Mákos kifli (1;7;) EN:199.5kcal ZS:9.5g TZS:3.5g SZH:25.0g CK:9.0g FH:3.5g SÓ:0.3g	Limonádé EN:21.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.1g CK:5.1g FH:0.0g SÓ:0.0g Sertés párizsi EN:92.0kcal ZS:8.0g TZS:3.2g SZH:1.0g CK:0.0g FH:4.0g SÓ:0.8g Margarin EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.4g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g Félbarna kenyér (1;) EN:156.4kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:32.6g CK:0.1g FH:4.6g SÓ:1.0g	Citromos tea EN:41.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.2g SÓ:0.0g Trappista sajt (7;) EN:134.8kcal ZS:10.4g TZS:6.4g SZH:0.1g CK:0.1g FH:10.2g SÓ:0.6g Margarin EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.4g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g Teljeskiórlésű kenyér (1;) EN:195.2kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:40.0g FH:5.8g SÓ:1.2g	Tej (7;) EN:110.0kcal ZS:3.8g TZS:2.5g SZH:11.8g FH:7.3g SÓ:0.3g Croissant (1;7;) EN:192.0kcal ZS:10.0g TZS:5.5g SZH:21.5g CK:0.8g FH:3.0g SÓ:0.9g
Ebéd A	Pirított tésztaleves (1;9;12;) EN:194.2kcal ZS:7.7g TZS:0.9g SZH:25.1g CK:2.4g FH:4.2g SÓ:0.4g Sült virsli EN:160.4kcal ZS:13.9g TZS:5.0g SZH:1.7g FH:7.2g SÓ:1.3g Zöldbabfőzelék (1;7;) EN:240.6kcal ZS:14.1g TZS:4.8g SZH:18.3g CK:6.1g FH:7.7g SÓ:0.2g Félbarna kenyér (1;) EN:156.4kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:32.6g CK:0.1g FH:4.6g SÓ:1.0g	Pandúrleves (1;7;) EN:230.9kcal ZS:13.2g TZS:5.4g SZH:10.3g CK:1.8g FH:15.9g SÓ:0.5g Tejberizs (7;) EN:508.0kcal ZS:7.3g TZS:4.6g SZH:95.2g CK:25.5g FH:15.6g SÓ:0.4g Fahéj szórat EN:118.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:29.5g CK:28.6g FH:0.0g SÓ:0.0g Félbarna kenyér (1;) EN:260.6kcal ZS:0.8g TZS:0.4g SZH:54.3g CK:0.2g FH:7.7g SÓ:1.6g	Zellerkrémleves (1;7;9;) EN:174.2kcal ZS:13.2g TZS:4.0g SZH:11.1g CK:0.8g FH:2.5g SÓ:0.3g Napraforgómag EN:58.4kcal ZS:5.2g TZS:0.4g SZH:1.1g CK:0.3g FH:2.1g Bolognai spagetti (1;) EN:538.9kcal ZS:13.0g TZS:2.4g SZH:70.5g CK:11.4g FH:33.0g SÓ:0.5g Reszelt sajt (7;) EN:69.4kcal ZS:5.4g TZS:3.4g SZH:0.4g CK:0.4g FH:5.2g SÓ:0.3g	Csontleves EN:105.6kcal ZS:7.8g TZS:0.9g SZH:6.4g CK:2.8g FH:2.2g SÓ:0.3g Levesbetét tészta (1;) EN:60.0kcal ZS:2.9g TZS:0.3g SZH:7.2g CK:0.4g FH:1.3g SÓ:0.1g Sertéspörkölt EN:206.1kcal ZS:12.1g TZS:2.5g SZH:4.0g CK:0.3g FH:18.4g SÓ:0.5g Burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:367.1kcal ZS:13.9g TZS:4.8g SZH:47.4g CK:1.7g FH:7.8g SÓ:0.2g Félbarna kenyér (1;) EN:260.6kcal ZS:0.8g TZS:0.4g SZH:54.3g CK:0.2g FH:7.7g SÓ:1.6g Alma EN:52.5kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:6.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	Paradisomleves (1;) EN:188.4kcal ZS:7.0g TZS:0.8g SZH:21.2g CK:11.8g FH:3.9g SÓ:0.2g Rántott halrúd (1;4;) EN:319.8kcal ZS:17.8g TZS:1.8g SZH:24.3g CK:0.8g FH:14.1g SÓ:0.7g Rizs köret 1/2 EN:210.3kcal ZS:4.3g TZS:0.5g SZH:38.8g CK:0.0g FH:4.7g SÓ:0.3g Majonézes kukoricasaláta (3;7;10;) EN:122.6kcal ZS:7.1g TZS:2.6g SZH:11.5g CK:7.7g FH:2.3g SÓ:0.2g
Ebéd B	Csirkeraгу leves (1;7;) EN:266.1kcal ZS:12.1g TZS:3.7g SZH:16.0g CK:2.2g FH:20.3g SÓ:0.5g Gyümölcsös tejberizs (7;) EN:422.5kcal ZS:3.9g TZS:2.3g SZH:82.7g CK:34.9g FH:13.2g SÓ:0.6g	Magyaros zöldségleves (3;9;) EN:29.1kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:5.7g CK:0.0g FH:1.1g SÓ:0.7g Zöldfűszeres csirkemell EN:160.9kcal ZS:8.8g TZS:1.5g SZH:0.0g CK:0.0g FH:19.1g SÓ:0.4g Burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:367.1kcal ZS:13.9g TZS:4.8g SZH:47.4g CK:1.7g FH:7.8g SÓ:0.2g Félbarna kenyér (1;) EN:260.6kcal ZS:0.8g TZS:0.4g SZH:54.3g CK:0.2g FH:7.7g SÓ:1.6g	Karfiolkrémleves (1;7;) EN:163.4kcal ZS:10.3g TZS:2.7g SZH:10.2g CK:0.9g FH:6.0g SÓ:0.4g Levesgyöngy (1;3;7;) EN:75.0kcal ZS:4.2g TZS:2.0g SZH:7.9g CK:0.9g FH:1.2g SÓ:0.1g Csirkemájás bulgurizzottó (1;7;) EN:585.8kcal ZS:18.7g TZS:5.6g SZH:67.8g CK:9.4g FH:36.0g SÓ:2.9g	Húsleves EN:69.8kcal ZS:1.5g TZS:0.5g SZH:7.0g CK:2.4g FH:6.3g SÓ:0.9g Levesbetét tészta (1;) EN:60.0kcal ZS:2.9g TZS:0.3g SZH:7.2g CK:0.4g FH:1.3g SÓ:0.1g Főtt tojás (3;) EN:146.7kcal ZS:8.8g TZS:2.7g SZH:0.6g CK:0.4g FH:9.9g SÓ:0.3g Parajfőzelék (1;7;) EN:247.7kcal ZS:8.8g TZS:1.6g SZH:24.6g CK:3.7g FH:11.1g SÓ:0.4g Félbarna kenyér (1;) EN:260.6kcal ZS:0.8g TZS:0.4g SZH:54.3g CK:0.2g FH:7.7g SÓ:1.6g Alma EN:52.5kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:6.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	Zöldbaleves (1;) EN:182.3kcal ZS:9.7g TZS:1.1g SZH:17.9g CK:2.6g FH:4.7g SÓ:0.3g Vadas pulykaraгу (1;7;9;10;) EN:257.2kcal ZS:12.4g TZS:3.5g SZH:15.6g CK:5.2g FH:20.8g SÓ:0.8g Copfocská tészta (1;) EN:417.3kcal ZS:8.6g TZS:1.2g SZH:72.0g CK:3.5g FH:12.2g SÓ:0.2g

Uzsonna

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-Rákkfélek; 3-Tojás; 4-Halal; 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. * - édesítésszert tartalmaz.

	Hétfő 06.08	Kedd 06.09	Szerda 06.10	Csütörtök 06.11	Péntek 06.12
Uzsonna	Natúr sajtkrém (7;) EN:57.2kcal ZS:4.8g TZS:3.1g SZH:2.0g CK:2.0g FH:1.5g SÓ:0.6g Kifli (1;7;) EN:124.5kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:25.5g CK:0.1g FH:3.8g SÓ:0.7g Paprika EN:18.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.8g CK:0.0g FH:0.8g SÓ:0.0g	Szendvics sonka EN:49.6kcal ZS:2.2g TZS:1.0g SZH:1.6g CK:0.8g FH:6.0g SÓ:1.0g Margarin EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.4g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:195.2kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:40.0g FH:5.8g SÓ:1.2g	Magyaros vajkrém (7;) EN:69.6kcal ZS:7.0g TZS:4.5g SZH:1.2g CK:0.5g FH:0.5g SÓ:0.2g Teljeskiőrlésű zsemle (1;6;) EN:279.4kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:56.7g CK:1.2g FH:10.7g SÓ:1.4g Paradicsom EN:13.8kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:1.6g FH:0.6g SÓ:0.0g	Gyümölcsös joghurt (7;) EN:83.0kcal ZS:2.0g TZS:1.1g SZH:11.0g CK:11.0g FH:2.5g SÓ:0.1g stangli sima (1;6;7;13;) EN:291.0kcal ZS:12.2g TZS:0.5g SZH:37.5g CK:0.2g FH:5.6g SÓ:0.8g	Sonkás kockasajt (7;) EN:67.9kcal ZS:5.3g TZS:3.4g SZH:1.6g CK:1.4g FH:3.5g SÓ:0.3g Teljeskiőrlésű kifli (1;) EN:250.0kcal ZS:3.2g TZS:1.3g SZH:47.0g CK:0.2g FH:8.2g SÓ:1.4g