



| | Hétfő 06.29 | Kedd 06.30 | Szerda 07.01 | Csütörtök 07.02 | Péntek 07.03 | Szombat 07.04 | Vasárnap 07.05 |
|------------------------|---|--|--|---|--|--|--|
| Ebéd A | Csirkebecsínáltleves (1;7;) EN:257.4kcal ZS:7.7g TZS:4.1g SZH:25.9g CK:4.1g FH:19.8g SÓ:1.8g | Zöldségleves (1;3;) EN:158.0kcal ZS:5.0g TZS:0.7g SZH:20.7g CK:2.7g FH:6.3g SÓ:1.7g | Paradicsomleves (1;) EN:325.1kcal ZS:6.3g TZS:0.7g SZH:56.2g CK:18.3g FH:8.5g SÓ:1.6g | Árpagyöngyleves (1;) EN:193.5kcal ZS:7.9g TZS:0.9g SZH:25.1g CK:4.4g FH:4.3g SÓ:1.7g | Őszibarackleves (1;7;) EN:287.3kcal ZS:3.8g TZS:3.1g SZH:62.7g CK:51.0g FH:2.8g SÓ:0.7g | HagymakréMLEVES (1;7;) EN:270.7kcal ZS:9.2g TZS:1.7g SZH:39.6g CK:1.8g FH:6.7g SÓ:1.1g | Nyírségi gombócleves (1;3;6;7;) EN:251.9kcal ZS:12.8g TZS:5.5g SZH:18.2g CK:4.2g FH:14.2g SÓ:2.5g |
| | Darás metélt (1;) EN:727.8kcal ZS:30.4g TZS:3.7g SZH:97.6g CK:0.0g FH:14.2g SÓ:1.6g | Sült tarja EN:185.0kcal ZS:9.5g TZS:3.0g SZH:0.1g CK:0.0g FH:24.8g SÓ:0.9g | 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 | Finomfőzelék (1;7;) EN:320.2kcal ZS:13.4g TZS:4.4g SZH:41.4g CK:18.8g FH:7.7g SÓ:1.8g | Tavaszi rizseshús (9;) EN:575.9kcal ZS:9.8g TZS:2.0g SZH:90.4g CK:3.2g FH:28.5g 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 | Rakott brokkoli (3;7;) EN:799.4kcal ZS:38.1g TZS:13.0g SZH:80.1g CK:4.0g FH:36.1g SÓ:1.6g |
| | Barack lekvár EN:97.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:23.2g CK:20.4g FH:0.2g SÓ:0.0g | Vegyes gyümölcsmártás (1;7;) EN:240.3kcal ZS:2.6g TZS:2.0g SZH:51.6g CK:40.0g FH:1.8g SÓ:1.0g | Bulgur köret 1/2 (1;) EN:304.4kcal ZS:4.1g TZS:0.3g SZH:56.0g CK:8.0g FH:10.4g SÓ:0.5g | Sertés vagdalt (1;3;) EN:684.1kcal ZS:47.1g TZS:10.2g SZH:39.3g CK:0.9g FH:25.6g SÓ:2.4g | Csalamádé * (10;12;) EN:18.0kcal ZS:0.1g SZH:2.4g CK:1.0g FH:0.8g SÓ:2.0g | Sertés sült EN:506.8kcal ZS:42.4g TZS:7.9g SZH:0.1g CK:0.0g FH:31.5g SÓ:0.3g | Körte EN:130.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:30.0g CK:3.8g FH:1.0g SÓ:0.0g |
| | Alma EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g | Főtt burgonya 1/2 (12;) EN:150.4kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:29.4g CK:0.0g FH:4.0g SÓ:1.4g | Párolt kukorica 1/2 EN:163.2kcal ZS:3.4g TZS:0.3g SZH:27.0g CK:14.9g FH:4.3g SÓ:0.7g | Túró rudi (6;7;) EN:105.6kcal ZS:5.1g TZS:4.2g SZH:11.7g CK:10.8g FH:3.0g SÓ:0.0g | | Kapor mártás (1;7;) EN:151.5kcal ZS:10.2g TZS:3.8g SZH:12.8g CK:3.8g FH:2.0g SÓ:1.4g | |
| | | Nektarin EN:73.5kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:17.1g CK:11.9g FH:0.6g SÓ:0.0g | | | | Főtt burgonya 1/2 (12;) EN:150.4kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:29.4g CK:0.0g FH:4.0g SÓ:1.4g | |
| Ebéd B | Zöldségbecsínáltleves (1;7;) EN:182.7kcal ZS:5.5g TZS:2.5g SZH:27.4g CK:3.5g FH:5.4g SÓ:1.1g | Zöldségleves (1;3;) EN:158.0kcal ZS:5.0g TZS:0.7g SZH:20.7g CK:2.7g FH:6.3g SÓ:1.7g | Paradicsomleves (1;) EN:325.1kcal ZS:6.3g TZS:0.7g SZH:56.2g CK:18.3g FH:8.5g SÓ:1.6g | Árpagyöngyleves (1;) EN:193.5kcal ZS:7.9g TZS:0.9g SZH:25.1g CK:4.4g FH:4.3g SÓ:1.7g | Őszibarackleves (1;7;) EN:287.3kcal ZS:3.8g TZS:3.1g SZH:62.7g CK:51.0g FH:2.8g SÓ:0.7g | HagymakréMLEVES (1;7;) EN:270.7kcal ZS:9.2g TZS:1.7g SZH:39.6g CK:1.8g FH:6.7g SÓ:1.1g | Nyírségi gombócleves (1;3;6;7;) EN:251.9kcal ZS:12.8g TZS:5.5g SZH:18.2g CK:4.2g FH:14.2g SÓ:2.5g |
| | Darás metélt (1;) EN:727.8kcal ZS:30.4g TZS:3.7g SZH:97.6g CK:0.0g FH:14.2g SÓ:1.6g | Zabfasírt (1;3;6;7;10;) EN:362.9kcal ZS:7.9g TZS:1.2g SZH:57.2g CK:1.2g FH:12.7g SÓ:1.8g | Rántott karfiol (1;) EN:469.5kcal ZS:34.6g TZS:3.8g SZH:31.5g CK:3.1g FH:6.6g SÓ:1.1g | Finomfőzelék (1;7;) EN:320.2kcal ZS:13.4g TZS:4.4g SZH:41.4g CK:18.8g FH:7.7g SÓ:1.8g | Tavaszi rizottó (9;) EN:468.8kcal ZS:6.3g TZS:0.7g SZH:90.4g CK:3.2g FH:11.0g SÓ:1.7g | 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 | Rakott brokkoli (3;7;) EN:519.0kcal ZS:15.5g TZS:5.0g SZH:80.2g CK:4.0g FH:16.0g SÓ:1.5g |
| | Barack lekvár EN:97.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:23.2g CK:20.4g FH:0.2g SÓ:0.0g | Vegyes gyümölcsmártás (1;7;) EN:240.3kcal ZS:2.6g TZS:2.0g SZH:51.6g CK:40.0g FH:1.8g SÓ:1.0g | Bulgur köret 1/2 (1;) EN:304.4kcal ZS:4.1g TZS:0.3g SZH:56.0g CK:8.0g FH:10.4g SÓ:0.5g | Sajtgolyó (1;7;) EN:580.4kcal ZS:47.2g TZS:16.4g SZH:17.7g CK:1.8g FH:22.8g SÓ:2.7g | Csalamádé * (10;12;) EN:18.0kcal ZS:0.1g SZH:2.4g CK:1.0g FH:0.8g SÓ:2.0g | 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 | Körte EN:130.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:30.0g CK:3.8g FH:1.0g SÓ:0.0g |
| | Alma EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g | Főtt burgonya 1/2 (12;) EN:150.4kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:29.4g CK:0.0g FH:4.0g SÓ:1.4g | Párolt kukorica 1/2 EN:163.2kcal ZS:3.4g TZS:0.3g SZH:27.0g CK:14.9g FH:4.3g SÓ:0.7g | Túró rudi (6;7;) EN:105.6kcal ZS:5.1g TZS:4.2g SZH:11.7g CK:10.8g FH:3.0g SÓ:0.0g | | Kapor mártás (1;7;) EN:151.5kcal ZS:10.2g TZS:3.8g SZH:12.8g CK:3.8g FH:2.0g SÓ:1.4g | |
| | | Nektarin EN:73.5kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:17.1g CK:11.9g FH:0.6g SÓ:0.0g | | | | Főtt burgonya 1/2 (12;) EN:150.4kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:29.4g CK:0.0g FH:4.0g SÓ:1.4g | |
| Napi összesítés | EN: 2230.1 kcal; ZS: 75.8 g; TZS: 13.8 g; SZH: 322.9 g; CK: 64.4 g; FH: 55.6 g; SÓ: 6.2 g; | EN: 1792.2 kcal; ZS: 34.0 g; TZS: 9.8 g; SZH: 294.8 g; CK: 110.2 g; FH: 62.8 g; SÓ: 10.7 g; | EN: 3248.9 kcal; ZS: 146.9 g; TZS: 18.7 g; SZH: 380.1 g; CK: 86.2 g; FH: 88.9 g; SÓ: 9.3 g; | EN: 2503.1 kcal; ZS: 147.2 g; TZS: 45.6 g; SZH: 213.4 g; CK: 70.8 g; FH: 78.4 g; SÓ: 12.2 g; | EN: 1655.3 kcal; ZS: 23.9 g; TZS: 8.9 g; SZH: 311.0 g; CK: 110.4 g; FH: 46.7 g; SÓ: 8.9 g; | EN: 1915.2 kcal; ZS: 98.1 g; TZS: 23.2 g; SZH: 175.1 g; CK: 12.8 g; FH: 73.5 g; SÓ: 8.8 g; | EN: 2082.2 kcal; ZS: 79.3 g; TZS: 28.8 g; SZH: 256.5 g; CK: 23.9 g; FH: 82.5 g; SÓ: 8.2 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. * - édesítésszert tartalmaz.