

	Hétfő 04.06	Kedd 04.07	Szerda 04.08	Csütörtök 04.09	Péntek 04.10
Tízórai		Karamellás rizstej EN:137.5kcal ZS:2.3g TZS:0.4g SZH:28.4g CK:13.6g FH:0.7g SÓ:0.1g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Zsemle (1;) EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g	Gyümölcs tea (12;) EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Csirkemell sonka EN:21.8kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:0.4g CK:0.1g FH:3.0g SÓ:0.4g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g Paradicsom EN:4.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.8g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g	Vaníliás rizstej EN:157.0kcal ZS:2.3g TZS:0.4g SZH:33.4g CK:18.6g FH:0.7g SÓ:0.1g Sárgabaracklekvár EN:48.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:11.6g CK:10.2g FH:0.1g SÓ:0.0g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Zsemle (1;) EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g	Citromos tea EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Baromfi párizsi EN:40.6kcal ZS:3.4g TZS:1.2g SZH:0.3g CK:0.2g FH:2.2g SÓ:0.4g Mini margarin EN:31.5kcal ZS:3.5g TZS:0.8g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g Hónapos retek EN:0.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.2g CK:0.1g FH:0.0g SÓ:0.0g
Ebéd		Reszelt tésztaleves (1;) EN:105.9kcal ZS:5.7g TZS:0.6g SZH:11.4g CK:2.3g FH:2.0g SÓ:0.8g Majorannás csirketokány EN:114.7kcal ZS:5.5g TZS:1.2g SZH:1.7g CK:0.0g FH:13.6g SÓ:1.1g Tökfőzelék (1;) EN:115.7kcal ZS:3.9g TZS:0.5g SZH:17.4g CK:1.7g FH:2.3g SÓ:1.1g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:36.6kcal ZS:0.1g TZS:0.1g SZH:7.5g FH:1.1g SÓ:0.2g	Póréhagyma krémleves EN:94.4kcal ZS:6.8g TZS:3.7g SZH:6.4g CK:0.2g FH:2.1g SÓ:0.7g Pirított tészta (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.0g Sült csirkecomb filé EN:114.0kcal ZS:5.7g TZS:1.2g SZH:0.4g CK:0.0g FH:14.6g SÓ:0.9g Párolt rizs EN:303.7kcal ZS:3.0g TZS:0.4g SZH:62.4g CK:0.0g FH:7.5g SÓ:0.6g Cékla saláta * (10;) EN:20.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:2.4g FH:0.9g SÓ:0.5g	Paradicsomleves (1;9;) EN:137.5kcal ZS:3.1g TZS:0.3g SZH:24.4g CK:13.7g FH:2.2g SÓ:0.4g Zöldfűszeres sertésapró EN:137.7kcal ZS:8.0g TZS:1.6g SZH:2.6g CK:0.0g FH:12.8g SÓ:1.1g Zöldséges bulgur (1;) EN:317.4kcal ZS:6.0g TZS:0.4g SZH:52.3g CK:8.7g FH:12.7g SÓ:0.9g	Vaníliás Körtekrémleves körte kockával (1;) EN:134.3kcal ZS:4.7g TZS:4.1g SZH:20.7g CK:13.9g FH:2.2g SÓ:0.1g Sült csirkemell EN:96.0kcal ZS:4.3g TZS:0.8g SZH:0.5g CK:0.0g FH:12.8g SÓ:0.3g Zöldbabfőzelék (1;) EN:84.9kcal ZS:2.6g TZS:0.3g SZH:11.1g CK:2.6g FH:3.3g SÓ:0.4g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:36.6kcal ZS:0.1g TZS:0.1g SZH:7.5g FH:1.1g SÓ:0.2g
Uzsonna		Petrezselymes margarinkrém EN:0.2kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g Jégcsapretek EN:3.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.4g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g	Zöldségkrém EN:19.5kcal ZS:1.4g TZS:0.4g SZH:1.4g CK:0.6g FH:0.3g SÓ:0.1g Zsemle (1;) EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g	Magvas húskrém EN:38.4kcal ZS:3.3g TZS:1.0g SZH:0.0g CK:0.0g FH:2.1g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g Kígyóuborka EN:2.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.3g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g	Mini méz EN:60.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:16.5g CK:16.4g FH:0.1g SÓ:0.0g Mini margarin EN:31.5kcal ZS:3.5g TZS:0.8g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Zsemle (1;) EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g

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. * - édesítőszeret tartalmaz.