

	Hétfő 04.06	Kedd 04.07	Szerda 04.08	Csütörtök 04.09	Péntek 04.10
<b>Tízórai</b>		<b>Karamellás tej (7;)</b> EN:93.3kcal ZS:2.7g TZS:1.6g SZH:11.3g CK:11.3g FH:5.4g SÓ:0.2g <b>margarin</b> EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g  <b>Stangli (1;6;7;13;)</b> EN:145.5kcal ZS:6.1g TZS:0.3g SZH:18.8g CK:0.1g FH:2.8g SÓ:0.4g	<b>Gyümölcs tea (12;)</b> EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>margarin</b> EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g  <b>Trappista sajt (7;)</b> EN:89.1kcal ZS:6.5g TZS:4.2g SZH:0.5g CK:0.0g FH:7.5g SÓ:0.6g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g <b>Paradicsom</b> EN:4.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.8g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g	<b>Tej (7;)</b> EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g <b>Sárgabaracklekvár</b> EN:48.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:11.6g CK:10.2g FH:0.1g SÓ:0.0g <b>margarin</b> EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g  <b>Zsemle (1;)</b> EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g	<b>Citromos tea</b> EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Baromfi párizsi</b> EN:40.6kcal ZS:3.4g TZS:1.2g SZH:0.3g CK:0.2g FH:2.2g SÓ:0.4g <b>margarin</b> EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g  <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g <b>Hónapos retek</b> EN:0.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.2g CK:0.1g FH:0.0g SÓ:0.0g
<b>Ebéd</b>		<b>Reszelt tésztaleves (1;)</b> EN:105.9kcal ZS:5.7g TZS:0.6g SZH:11.4g CK:2.3g FH:2.0g SÓ:0.8g <b>Majorannás csirketokány</b> EN:114.7kcal ZS:5.5g TZS:1.2g SZH:1.7g CK:0.0g FH:13.6g SÓ:1.1g <b>Tökfőzelék (1;)</b> EN:115.7kcal ZS:3.9g TZS:0.5g SZH:17.4g CK:1.7g FH:2.3g SÓ:1.1g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:36.6kcal ZS:0.1g TZS:0.1g SZH:7.5g FH:1.1g SÓ:0.2g	<b>Póréhagyma krémleves</b> EN:94.4kcal ZS:6.8g TZS:3.7g SZH:6.4g CK:0.2g FH:2.1g SÓ:0.7g <b>Pirított tészta (1;)</b> EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.0g <b>Sült csirkecomb filé</b> EN:114.0kcal ZS:5.7g TZS:1.2g SZH:0.4g CK:0.0g FH:14.6g SÓ:0.9g <b>Párolt rizs</b> EN:303.7kcal ZS:3.0g TZS:0.4g SZH:62.4g CK:0.0g FH:7.5g SÓ:0.6g <b>Cékla saláta * (10;)</b> EN:20.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:2.4g FH:0.9g SÓ:0.5g	<b>Paradicsomleves (1;9;)</b> EN:137.5kcal ZS:3.1g TZS:0.3g SZH:24.4g CK:13.7g FH:2.2g SÓ:0.4g <b>Zöldfűszeres sertésapró</b> EN:137.7kcal ZS:8.0g TZS:1.6g SZH:2.6g CK:0.0g FH:12.8g SÓ:1.1g <b>Zöldséges bulgur (1;)</b> EN:317.4kcal ZS:6.0g TZS:0.4g SZH:52.3g CK:8.7g FH:12.7g SÓ:0.9g	<b>Vaníliás Körtekrémleves körte kockával (1;)</b> EN:134.3kcal ZS:4.7g TZS:4.1g SZH:20.7g CK:13.9g FH:1.6g SÓ:0.1g <b>Sült csirkemell</b> EN:96.0kcal ZS:4.3g TZS:0.8g SZH:0.5g CK:0.0g FH:12.8g SÓ:0.3g <b>Zöldbabfőzelék (1;)</b> EN:84.9kcal ZS:2.6g TZS:0.3g SZH:11.1g CK:2.6g FH:3.3g SÓ:0.4g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:36.6kcal ZS:0.1g TZS:0.1g SZH:7.5g FH:1.1g SÓ:0.2g
<b>Uzsonna</b>		<b>Sajtkrém (7;)</b> EN:28.6kcal ZS:2.4g TZS:1.6g SZH:1.0g CK:1.0g FH:0.8g SÓ:0.3g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g <b>Jégcsapretek</b> EN:3.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.4g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g	<b>Gyümölcsös joghurt (7;)</b> EN:83.0kcal ZS:2.0g TZS:1.1g SZH:11.0g CK:11.0g FH:2.5g SÓ:0.1g <b>Kifli (1;7;)</b> EN:124.5kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:25.5g CK:0.1g FH:3.8g SÓ:0.7g	<b>Magvas húskrém (7;)</b> EN:94.2kcal ZS:8.5g TZS:4.3g SZH:0.4g CK:0.4g FH:4.0g SÓ:0.2g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g <b>Kígyóborka</b> EN:2.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.3g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g	<b>Mini méz</b> EN:60.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:16.5g CK:16.4g FH:0.1g SÓ:0.0g <b>Mini margarin</b> EN:31.5kcal ZS:3.5g TZS:0.8g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Zsemle (1;)</b> 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-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfürt; 14-Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.