

	Hétfő 10.20	Kedd 10.21	Szerda 10.22	Csütörtök 10.23	Péntek 10.24
Reggeli	Kakao TM EN:54.7kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:10.7g CK:6.1g FH:0.3g SO:0.1g CA:120.0mg Zala felvágott EN:36.0kcal ZS:3.0g TZS:1.2g SZH:0.3g CK:0.1g FH:2.0g SO:0.3g Margarin EN:31.5kcal ZS:3.5g TZS:0.8g teljeskiörlesű kenyér (1.) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SO:0.7g Paradicsom EN:4.6kcal ZS:0.0g SZH:0.8g FH:0.2g	Erdel gyümölcs tea (12.) EN:125.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:30.5g CK:30.5g FH:0.0g SO:0.0g CA:0.0mg Házi zöldségregém (10.) EN:11.9kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:1.7g CK:0.0g FH:0.3g SO:0.3g teljeskiörlesű kenyér (1.) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SO:0.7g jégcsapreték EN:3.0kcal ZS:0.0g SZH:0.4g FH:0.2g	Teljeskávè TM (1.) EN:63.5kcal ZS:1.0g TZS:0.1g SZH:1.3g CK:8.0g FH:0.3g SO:0.1g CA:120.0mg Teljeskiörlesű zsemle (1.6.) EN:153.7kcal ZS:1.0g TZS:0.1g SZH:31.2g CK:0.7g FH:5.9g SO:0.8g Paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g SZH:0.9g FH:0.3g Tökmagos margarin EN:23.4kcal ZS:2.5g TZS:0.7g SZH:0.2g CK:0.0g FH:0.2g SO:0.1g	Kakao TM EN:54.7kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:10.7g CK:6.1g FH:0.3g SO:0.1g CA:120.0mg Házi csirkemájgregém EN:34.2kcal ZS:2.7g TZS:1.3g SZH:0.1g CK:0.0g FH:2.5g SO:0.3g CA:0.0mg teljeskiörlesű kenyér (1.) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SO:0.7g Kgyóubortka EN:2.4kcal ZS:0.0g SZH:0.3g FH:0.2g	Kakao TM EN:54.7kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:10.7g CK:6.1g FH:0.3g SO:0.1g CA:120.0mg Házi csirkemájgregém EN:34.2kcal ZS:2.7g TZS:1.3g SZH:0.1g CK:0.0g FH:2.5g SO:0.3g CA:0.0mg teljeskiörlesű kenyér (1.) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SO:0.7g Paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g SZH:0.9g FH:0.3g
Tízórai	Narancs EN:41.0kcal SZH:8.5g FH:0.6g	Alma EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g	Körte EN:52.0kcal SZH:12.0g CK:1.5g FH:0.4g	Alma EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g	
Ebéd	Vegyes gyümölcseves (1.) EN:67.7kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:15.2g CK:10.0g FH:0.8g SO:0.3g CA:22.5mg Rántott halrud (sütöben sütve) (1.4.) EN:134.9kcal ZS:6.7g TZS:0.6g SZH:11.4g CK:0.4g FH:6.6g SO:0.3g Párolt rizs köret EN:189.6kcal ZS:2.0g TZS:0.3g SZH:38.8g FH:4.7g SO:0.6g Minni majonéz (3.10.) EN:107.0kcal SZH:1.0g CK:12.0g FH:0.2g	Húsagalska leves (sertés) (1.3.) EN:75.5kcal ZS:2.4g TZS:0.8g SZH:9.8g CK:1.2g FH:3.5g SO:0.0g Mák szórát EN:93.0kcal ZS:3.8g TZS:0.5g SZH:12.4g CK:10.0g FH:2.1g Meletté tészta (1.) EN:222.5kcal ZS:5.3g TZS:0.9g SZH:36.3g CK:1.4g FH:6.4g SO:5.9g	Zöldborsóleves (1.) EN:101.3kcal ZS:1.3g TZS:0.2g SZH:15.3g CK:0.4g FH:5.5g SO:0.1g Sült csirkecomb filé EN:134.5kcal ZS:5.6g TZS:1.5g SZH:0.0g CK:0.0g FH:19.5g SO:2.1g CA:0.0mg Petrezselymes burgonya (12.) EN:299.6kcal ZS:18.7g TZS:2.0g SZH:26.0g CK:0.0g FH:3.7g SO:0.6g Cékla saláta * (10.) EN:20.0kcal ZS:0.1g SZH:5.0g CK:2.4g FH:0.9g SO:0.5g	Pritamnos pártisi EN:34.5kcal ZS:3.0g TZS:1.2g SZH:0.4g CK:0.0g FH:1.5g SO:0.3g Margarin EN:31.5kcal ZS:3.5g TZS:0.8g teljeskiörlesű kenyér (1.) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SO:0.7g Hónapos retek EN:0.8kcal ZS:0.0g SZH:0.1g FH:0.1g	Fasírt golyó (1.6.) EN:223.9kcal ZS:18.2g TZS:2.6g SZH:7.8g CK:0.6g FH:6.6g SO:1.1g Tökfözelek (1.) EN:114.0kcal ZS:4.9g TZS:0.6g SZH:15.3g CK:2.7g FH:1.9g SO:0.7g CA:18.7mg Félbarna kenyér (1.) EN:74.4kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:15.6g CK:0.0g FH:2.0g SO:0.3g Narancs EN:41.0kcal SZH:8.5g FH:0.6g
Uzsonna	Tojáskrém (3.) EN:43.8kcal ZS:4.2g TZS:1.3g FH:1.4g SO:0.1g Félbarna kenyér (1.) EN:36.9kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.3g CK:0.1g FH:2.7g SO:0.4g Paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g SZH:0.9g FH:0.3g	Házi szármaskrémm EN:9.2kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:2.0g CK:0.0g FH:1.2g SO:0.1g Félbarna kenyér (1.) EN:36.9kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.3g CK:0.1g FH:2.7g SO:0.4g Kgyóubortka EN:2.4kcal ZS:0.0g SZH:0.3g FH:0.2g	Pritamnos pártisi EN:34.5kcal ZS:3.0g TZS:1.2g SZH:0.4g CK:0.0g FH:1.5g SO:0.3g Margarin EN:31.5kcal ZS:3.5g TZS:0.8g teljeskiörlesű kenyér (1.) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SO:0.7g Hónapos retek EN:0.8kcal ZS:0.0g SZH:0.1g FH:0.1g	Csirkemellsonka EN:16.4kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:0.3g CK:0.1g FH:2.3g SO:0.3g Margarin EN:31.5kcal ZS:3.5g TZS:0.8g teljeskiörlesű kenyér (1.) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SO:0.7g Paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g SZH:0.9g FH:0.3g	

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást bizárlólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk.
Tápanyagtartalom jelölés megárláza: EN(energia: kcal/adag); ZS(zsír: g/adag); TZS(zsír: g/adag); SZH(sénhidrát: g/adag); CK(kukor: g/adag); FH(fehérje: g/adag); SO(só: g/adag); CA(kalcium: mg/adag). Allergének: 1-Glutén; 2-Rákfelek; 3-Tojás; 4-Halák; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej; laktóz; 8-Diófelek (mandula, mogyoró, diófelek, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Vanília; 13-Csillagfű; 14-Puhatestűek; * - édesítőszt tartalmaz.