

	Hétfő 05.04	Kedd 05.05	Szerda 05.06	Csütörtök 05.07	Péntek 05.08
Tízórai	Gyümölcsstea (12;) EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Magyaros 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:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g Kígyóuborka EN:2.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.3g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g	Forralt rizstej EN:195.0kcal ZS:3.9g TZS:0.6g SZH:39.0g CK:14.4g FH:1.2g SÓ:0.2g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Méz EN:45.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:12.4g CK:12.3g FH:0.0g SÓ:0.0g Félbarna kenyér (1;) EN:132.9kcal ZS:0.7g TZS:0.1g SZH:25.9g CK:0.5g FH:4.7g SÓ:0.7g	Citromos tea EN:24.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.0g CK:6.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Kenőmájás EN:65.7kcal ZS:5.5g TZS:2.5g SZH:1.3g CK:0.4g FH:2.7g SÓ:0.7g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g Paprika EN:9.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Forralt rizstej EN:195.0kcal ZS:3.9g TZS:0.6g SZH:39.0g CK:14.4g FH:1.2g SÓ:0.2g Magvas margarinkrém EN:56.8kcal ZS:5.9g TZS:1.6g SZH:0.3g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.4g Zsemle (1;) EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g	Kakaó tm EN:108.9kcal ZS:2.4g TZS:0.6g SZH:20.5g CK:7.5g FH:1.1g SÓ:0.2g Marha párizsi EN:72.0kcal ZS:6.3g TZS:2.5g SZH:0.5g CK:0.1g FH:3.3g SÓ:0.5g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g Paprika EN:9.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g
Ebéd	Babgulyás leves pulyka (9;) EN:169.6kcal ZS:6.8g TZS:1.1g SZH:9.6g CK:1.5g FH:15.0g SÓ:1.6g Parajos penne (1;) EN:305.2kcal ZS:3.5g TZS:0.6g SZH:58.0g CK:3.7g FH:9.9g SÓ:0.9g	Zöldségkrémleves (1;) EN:56.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:11.4g CK:3.0g FH:1.3g SÓ:1.8g Píritott tökmag EN:108.2kcal ZS:9.2g TZS:1.7g SZH:3.6g CK:0.2g FH:4.9g SÓ:0.0g Mexikói pulykaragu (1;) EN:156.4kcal ZS:5.4g TZS:1.2g SZH:9.5g CK:0.9g FH:16.2g SÓ:1.0g Párolt bulgur (1;) EN:406.7kcal ZS:7.6g TZS:0.6g SZH:70.8g CK:10.0g FH:13.1g SÓ:0.9g	Újházy tyúkhúsleves (1;9;12;) EN:133.4kcal ZS:4.0g TZS:1.3g SZH:13.7g CK:0.6g FH:10.0g SÓ:4.1g Sertés sült EN:152.3kcal ZS:8.9g TZS:2.8g SZH:0.4g CK:0.0g FH:16.8g SÓ:0.2g Meggymártás (1;) EN:161.0kcal ZS:0.6g TZS:0.1g SZH:37.0g CK:27.2g FH:1.2g SÓ:0.6g Főtt burgonya (12;) EN:255.7kcal ZS:2.8g TZS:0.3g SZH:46.0g CK:0.0g FH:6.3g SÓ:1.7g Banán EN:210.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:48.4g CK:30.0g FH:2.6g SÓ:0.0g	Francia hagymaleves EN:77.8kcal ZS:4.5g TZS:0.5g SZH:8.2g CK:1.1g FH:0.9g SÓ:0.7g Rakott karfiol csirkehússal EN:250.8kcal ZS:8.3g TZS:1.4g SZH:28.8g CK:1.2g FH:14.1g SÓ:0.1g Gesztenye Marci EN:62.6kcal ZS:2.9g TZS:2.6g SZH:7.6g CK:6.1g FH:0.7g SÓ:0.0g	Magyaros zellerleves (1;9;) EN:56.9kcal ZS:1.8g TZS:0.2g SZH:8.3g CK:1.4g FH:1.6g SÓ:1.2g Fasírt golyó (1;6;) EN:436.7kcal ZS:39.6g TZS:5.1g SZH:10.4g CK:0.8g FH:8.8g SÓ:1.4g Burgonyapüré (12;) EN:220.9kcal ZS:2.4g TZS:0.5g SZH:41.2g CK:3.0g FH:4.8g SÓ:1.1g
Uzsonna	Csirkemell sonka EN:32.7kcal ZS:1.4g TZS:0.4g SZH:0.6g CK:0.1g FH:4.5g SÓ:0.7g 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	Főtt tojás (3;) EN:36.7kcal ZS:2.2g TZS:0.7g SZH:0.2g CK:0.1g FH:2.5g SÓ:0.1g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;) EN:139.7kcal ZS:0.9g TZS:0.1g SZH:28.4g CK:0.6g FH:5.4g SÓ:0.7g Zöldség EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g	Zöldhagymás margarinkrém EN:50.6kcal ZS:5.3g TZS:1.6g SZH:0.6g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.2g Zsemle (1;) EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g	Zala felvágott EN:48.0kcal ZS:4.0g TZS:1.6g SZH:0.4g CK:0.1g FH:2.6g SÓ:0.4g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g Zöldség EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g	Mini lekvár EN:60.8kcal SZH:14.5g CK:12.8g 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-Halak; 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. * - édesítésszert tartalmaz.