

|         | Hétfő<br>01.05                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Kedd<br>01.06                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Szerda<br>01.07                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Csütörtök<br>01.08                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Péntek<br>01.09                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Szombat<br>01.10                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Vasárnap<br>01.11 |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| Reggeli | <b>Gyümölcs tea (12;)</b><br>EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g<br><b>margarin</b><br>EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g<br>FH:0.0g SÓ:0.1g<br><b>Sonka felvágott</b><br><br>EN:24.8kcal ZS:1.1g TZS:0.5g<br>SZH:0.8g CK:0.4g FH:3.0g SÓ:0.5g<br><b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b><br>EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g<br>SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g | <b>Forralt tej (7;)</b><br>EN:46.0kcal ZS:1.5g TZS:1.0g<br>SZH:5.0g CK:5.0g FH:3.3g SÓ:0.1g<br><b>Halkrém (4;6;7;)</b><br>EN:59.4kcal ZS:5.0g TZS:3.0g<br>SZH:0.6g CK:0.4g FH:3.0g SÓ:0.2g<br><b>Félbarna kenyér (1;)</b><br><br>EN:106.3kcal ZS:0.6g TZS:0.0g<br>SZH:20.7g CK:0.4g FH:3.8g SÓ:0.0g                                                                                                                                   | <b>Forralt tej (7;)</b><br>EN:46.0kcal ZS:1.5g TZS:1.0g<br>SZH:5.0g CK:5.0g FH:3.3g SÓ:0.1g<br><b>Csicszeriborsó krém</b><br>EN:23.1kcal ZS:1.6g TZS:0.4g<br>SZH:1.2g FH:0.6g SÓ:0.5g<br><b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b><br><br>EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g<br>SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g                                                                                                                                      | <b>Kakaó (7;)</b><br>EN:74.3kcal ZS:1.9g TZS:1.3g<br>SZH:5.3g CK:5.0g FH:3.7g SÓ:0.1g<br><b>margarin</b><br>EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g<br>FH:0.0g SÓ:0.1g<br><b>Kifli (1;7;)</b><br><br>EN:124.5kcal ZS:0.4g TZS:0.2g<br>SZH:25.5g CK:0.1g FH:3.8g SÓ:0.7g                                                                                                               | <b>Gyümölcs tea (12;)</b><br>EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g<br><b>Tojáskrém (3;7;)</b><br>EN:40.4kcal ZS:3.8g TZS:2.1g<br>SZH:0.3g CK:0.3g FH:1.2g SÓ:0.1g<br><b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b><br><br>EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g<br>SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g<br><b>Kígyóborka</b><br>EN:2.4kcal ZS:0.0g SZH:0.3g FH:0.2g | <b>Gyümölcs tea (12;)</b><br>EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g<br><b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b><br>EN:73.2kcal ZS:0.3g TZS:0.1g<br>SZH:15.0g FH:2.2g SÓ:0.4g<br><b>Zöldhagymás szendvicssaláta (7;)</b><br>EN:47.9kcal ZS:4.5g TZS:2.8g<br>SZH:0.6g CK:0.4g FH:0.4g SÓ:0.0g |                   |
| Tízórai | <b>Gyümölcsös joghurt (7;)</b><br>EN:83.0kcal ZS:2.0g TZS:1.1g<br>SZH:11.0g CK:11.0g FH:2.5g SÓ:0.1g                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Ivólé 1*-i</b><br>EN:92.0kcal SZH:22.6g CK:21.6g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>alma</b><br>EN:21.0kcal ZS:0.2g SZH:4.2g<br>FH:0.2g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>Körte</b><br>EN:31.2kcal SZH:7.2g CK:0.9g<br>FH:0.2g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>Banán</b><br>EN:73.5kcal SZH:16.9g FH:0.9g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>alma</b><br>EN:21.0kcal ZS:0.2g SZH:4.2g<br>FH:0.2g                                                                                                                                                                                                                                                          |                   |
| Ebéd    | <b>Rántott halrúd (1;4;)</b><br>EN:274.1kcal ZS:22.6g TZS:2.4g<br>SZH:10.7g CK:0.3g FH:6.2g SÓ:0.3g<br><br><b>Zöldborsófőzelék (1;7;)</b><br>EN:156.3kcal ZS:2.2g TZS:0.6g<br>SZH:22.4g CK:4.9g FH:9.1g SÓ:0.7g<br><br><b>Mandarin</b><br>EN:31.5kcal SZH:6.9g FH:0.5g                                                                                                   | <b>Főtt tojás (3;)</b><br>EN:63.0kcal ZS:4.5g TZS:1.4g<br>FH:5.4g<br><br><b>Sóskamártás (1;7;)</b><br>EN:61.0kcal ZS:3.3g TZS:1.7g<br>SZH:5.2g CK:1.6g FH:1.9g SÓ:0.1g<br><br><b>Főtt burgonya (12;)</b><br>EN:106.9kcal ZS:1.6g TZS:0.2g<br>SZH:18.4g FH:2.5g SÓ:1.1g<br><br><b>Körte</b><br>EN:31.2kcal SZH:7.2g CK:0.9g<br>FH:0.2g                                                                                                 | <b>Daragaluskaleves (1;3;9;)</b><br>EN:58.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g<br>SZH:8.2g CK:0.6g FH:2.0g SÓ:1.2g<br><br><b>Temesvári falatok (1;7;)</b><br>EN:159.6kcal ZS:8.7g TZS:2.8g<br>SZH:8.7g CK:1.5g FH:10.1g SÓ:0.4g<br><br><b>Párolt bulgur (1;)</b><br>EN:118.5kcal ZS:2.0g TZS:0.2g<br>SZH:21.0g CK:3.0g FH:3.9g SÓ:1.1g                                                                                                          | <b>Csirkeraguleves (1;7;9;)</b><br>EN:134.1kcal ZS:6.0g TZS:1.8g<br>SZH:9.1g CK:1.6g FH:9.6g SÓ:0.6g<br><br><b>túrós gombóc (1;7;)</b><br>EN:335.6kcal ZS:2.5g TZS:0.9g<br>SZH:67.9g CK:30.2g FH:10.0g<br>SÓ:1.1g<br><b>Vaníliaöntet (7;)</b><br>EN:110.3kcal ZS:1.4g TZS:0.9g<br>SZH:21.3g CK:15.9g FH:3.1g SÓ:0.1g<br><br><b>Narancs</b><br>EN:28.7kcal SZH:6.0g FH:0.4g | <b>Vagdalt (1;3;)</b><br>EN:420.3kcal ZS:36.8g TZS:6.2g<br>SZH:11.7g CK:0.0g FH:10.1g SÓ:1.4g<br><br><b>Töközfőzelék (1;7;)</b><br>EN:103.8kcal ZS:4.9g TZS:1.9g<br>SZH:12.5g CK:1.2g FH:2.2g SÓ:0.9g<br><br><b>Gesztenye Marci</b><br>EN:62.6kcal ZS:2.9g TZS:2.6g<br>SZH:7.6g CK:6.1g FH:0.7g SÓ:0.0g                                                         | <b>Ivólé 1*-i</b><br>EN:92.0kcal SZH:22.6g CK:21.6g<br><br><b>Tarhonyás hús (1;)</b><br>EN:225.1kcal ZS:9.4g TZS:2.4g<br>SZH:26.3g CK:1.3g FH:8.5g SÓ:0.8g                                                                                                                                                      |                   |
| Uzsonna | <b>Sajtkrém (7;)</b><br>EN:14.3kcal ZS:1.2g TZS:0.8g<br>SZH:0.5g CK:0.5g FH:0.4g SÓ:0.1g<br><b>Félbarna kenyér (1;)</b><br>EN:106.3kcal ZS:0.6g TZS:0.0g<br>SZH:20.7g CK:0.4g FH:3.8g SÓ:0.0g<br><b>Paprika</b><br>EN:6.0kcal ZS:0.0g SZH:0.9g FH:0.3g<br><br><b>Forralt tej (7;)</b><br>EN:46.0kcal ZS:1.5g TZS:1.0g<br>SZH:5.0g CK:5.0g FH:3.3g SÓ:0.1g                | <b>Zala felvágott</b><br>EN:36.0kcal ZS:3.0g TZS:1.2g<br>SZH:0.3g CK:0.1g FH:2.0g SÓ:0.3g<br><b>margarin</b><br>EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g<br>FH:0.0g SÓ:0.1g<br><b>Félbarna kenyér (1;)</b><br>EN:106.3kcal ZS:0.6g TZS:0.0g<br>SZH:20.7g CK:0.4g FH:3.8g SÓ:0.0g<br><b>Kígyóborka</b><br>EN:2.4kcal ZS:0.0g SZH:0.3g FH:0.2g<br><br><b>Gyümölcs tea (12;)</b><br>EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g | <b>Edami sajt (7;)</b><br>EN:31.6kcal ZS:2.4g TZS:1.6g<br>SZH:0.2g CK:0.2g FH:2.6g SÓ:0.1g<br><b>margarin</b><br>EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g<br>FH:0.0g SÓ:0.1g<br><b>Félbarna kenyér (1;)</b><br>EN:106.3kcal ZS:0.6g TZS:0.0g<br>SZH:20.7g CK:0.4g FH:3.8g SÓ:0.0g<br><b>Jégcsapretek</b><br>EN:3.0kcal ZS:0.0g SZH:0.4g FH:0.2g<br><br><b>Citromos tea</b><br>EN:2.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:0.6g CK:0.6g FH:0.0g SÓ:0.0g | <b>Házi húskrém (7;)</b><br>EN:69.0kcal ZS:6.5g TZS:3.5g<br>SZH:0.4g CK:0.4g FH:2.2g SÓ:0.2g<br><b>Félbarna kenyér (1;)</b><br>EN:106.3kcal ZS:0.6g TZS:0.0g<br>SZH:20.7g CK:0.4g FH:3.8g SÓ:0.0g<br><b>Paprika</b><br>EN:6.0kcal ZS:0.0g SZH:0.9g FH:0.3g<br><br><b>Gyümölcs tea (12;)</b><br>EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g            | <b>Gyümölcs tea (12;)</b><br>EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g<br><b>Szamócás joghurt (7;)</b><br>EN:91.5kcal ZS:5.3g TZS:3.4g<br>SZH:5.7g CK:5.7g FH:4.9g SÓ:0.1g<br><b>Kifli (1;7;)</b><br>EN:124.5kcal ZS:0.4g TZS:0.2g<br>SZH:25.5g CK:0.1g FH:3.8g SÓ:0.7g                                                                  | <b>Forralt tej (7;)</b><br>EN:46.0kcal ZS:1.5g TZS:1.0g<br>SZH:5.0g CK:5.0g FH:3.3g SÓ:0.1g<br><b>Sajtos pogácsa (1;3;7;)</b><br>EN:171.5kcal ZS:8.6g TZS:4.7g<br>SZH:19.0g CK:0.7g FH:4.1g SÓ:1.1g                                                                                                             |                   |

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-Rákkeltő; 3-Tojás; 4-Hal; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfidok; 13-Csilagfű; 14-Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.