

	Hétfő 03.30	Kedd 03.31	Szerda 04.01	Csütörtök 04.02	Péntek 04.03
Reggeli	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 Zala felvágott EN:36.0kcal ZS:3.0g TZS:1.2g SZH:0.3g CK:0.1g FH:2.0g SÓ:0.3g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g	Tej (7;) EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g Méz EN:30.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:8.2g CK:8.2g FH:0.0g SÓ:0.0g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g 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	Tej (7;) EN:45.0kcal ZS:1.5g TZS:0.9g SZH:4.6g CK:4.6g FH:3.0g SÓ:0.1g Csicseriborsó krém EN:23.1kcal ZS:1.6g TZS:0.4g SZH:1.2g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.5g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g Kápia paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.5g FH:0.3g SÓ:0.0g	Kakaó (7;) EN:73.3kcal ZS:1.9g TZS:1.2g SZH:9.9g CK:9.6g FH:3.4g SÓ:0.1g Foszlós kalács (1;3;6;7;) EN:89.3kcal ZS:2.2g TZS:0.9g SZH:15.6g CK:2.5g FH:2.5g SÓ:0.2g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g	
Tízórai	Ivóvíz 1*-i EN:92.0kcal SZH:22.6g CK:21.6g	alma EN:21.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:4.2g CK:2.4g FH:0.2g SÓ:0.0g	Gyümölcsös joghurt (7;) EN:83.0kcal ZS:2.0g TZS:1.1g SZH:11.0g CK:11.0g FH:2.5g SÓ:0.1g	Körte EN:31.2kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.2g CK:0.9g FH:0.2g SÓ:0.0g	
Ebéd	Csirkemellfalatok (1;12;) EN:120.3kcal ZS:7.3g TZS:1.2g SZH:2.3g CK:0.0g FH:10.8g SÓ:1.2g Zellerfőzelék (1;7;9;) EN:51.9kcal ZS:4.1g TZS:0.7g SZH:1.7g CK:1.2g FH:0.9g SÓ:0.6g alma EN:21.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:4.2g CK:2.4g FH:0.2g SÓ:0.0g	Fasírt (1;3;) EN:155.2kcal ZS:10.2g TZS:1.8g SZH:4.7g CK:0.1g FH:10.1g SÓ:0.3g Tökfőzelék (1;7;) EN:103.8kcal ZS:4.9g TZS:1.9g SZH:12.5g CK:1.2g FH:2.2g SÓ:0.9g Körte EN:31.2kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.2g CK:0.9g FH:0.2g SÓ:0.0g	Magyaros zöldbaleves (1;9;) EN:68.2kcal ZS:2.0g TZS:0.2g SZH:9.5g CK:1.8g FH:2.3g SÓ:0.7g Milánói halragu (4;) EN:68.0kcal ZS:4.3g TZS:0.6g SZH:3.3g CK:0.6g FH:3.6g SÓ:0.6g Tésztaköret (1;) EN:216.9kcal ZS:5.2g TZS:0.7g SZH:36.0g CK:1.8g FH:6.1g SÓ:0.7g alma EN:21.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:4.2g CK:2.4g FH:0.2g SÓ:0.0g	Csirkepörkölt (1;) EN:118.9kcal ZS:7.3g TZS:1.2g SZH:2.1g CK:0.0g FH:10.8g SÓ:1.2g Burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:178.7kcal ZS:5.7g TZS:1.6g SZH:25.6g CK:0.8g FH:3.7g SÓ:0.6g Banán EN:73.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:16.9g CK:10.5g FH:0.9g SÓ:0.0g	
Uzsonna	Sajtkrém (7;) EN:14.3kcal ZS:1.2g TZS:0.8g SZH:0.5g CK:0.5g FH:0.4g SÓ:0.1g Félbarna kenyér (1;) EN:106.3kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:20.7g CK:0.4g FH:3.8g SÓ:0.6g Paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g Tej (7;) EN:45.0kcal ZS:1.5g TZS:0.9g SZH:4.6g CK:4.6g FH:3.0g SÓ:0.1g	Házi szárnyas májkrém EN:28.7kcal ZS:1.6g TZS:0.5g SZH:0.5g CK:0.0g FH:3.0g SÓ:0.7g Félbarna kenyér (1;) EN:106.3kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:20.7g CK:0.4g FH:3.8g 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 Barackos tea EN:18.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:4.5g CK:4.5g FH:0.0g SÓ:0.0g	Sajtos pogácsa (1;3;7;) EN:171.5kcal ZS:8.6g TZS:4.7g SZH:19.0g CK:0.7g FH:4.1g SÓ:1.1g Citromos tea EN:2.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.6g CK:0.6g FH:0.0g SÓ:0.0g	Zöldfűszeres túrókrém (7;) EN:37.2kcal ZS:2.3g TZS:1.5g SZH:0.9g CK:0.9g FH:2.8g 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 Kígyóborka EN:2.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.3g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g Gyümölcs tea (12;) EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	

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(nehézsúly: g/adag); SÓ(só: g/adag); CA(kalcium: mg/adag). Allergének: 1-Glutén; 2-Rákfélék; 3-Tojás; 4-Hal; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfidok; 13-Csilagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.