

	Hétfő 08.03	Kedd 08.04	Szerda 08.05	Csütörtök 08.06	Péntek 08.07	Szombat 08.08	Vasárnap 08.09
Tízórai	Tej (7;) EN:90.0kcal ZS:3.0g TZS:1.8g SZH:9.2g CK:9.2g FH:6.0g SÓ:0.2g	Gyümölcsstea (12;) EN:20.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Karamellás tej (7;) EN:93.0kcal ZS:2.7g TZS:1.6g SZH:11.3g CK:11.3g FH:5.4g SÓ:0.2g	Tej (7;) EN:90.0kcal ZS:3.0g TZS:1.8g SZH:9.2g CK:9.2g FH:6.0g SÓ:0.2g	Citromos tea EN:20.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Limonádé EN:44.1kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.3g CK:10.1g FH:0.1g SÓ:0.0g	
	Magyaros vajkrém (7;) EN:69.6kcal ZS:7.0g TZS:4.5g SZH:1.2g CK:0.5g FH:0.5g SÓ:0.2g	Körözött (7;) EN:43.6kcal ZS:2.3g TZS:1.7g SZH:1.1g CK:1.1g FH:4.2g SÓ:0.2g	margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g SÓ:0.1g	Magvas szendvicsskrém (7;) EN:75.5kcal ZS:7.5g TZS:4.6g SZH:1.4g CK:0.5g FH:0.7g SÓ:0.3g	Metélfőhagymás sajtkrém (7;) EN:54.6kcal ZS:4.2g TZS:2.7g SZH:1.7g CK:1.4g FH:2.5g SÓ:0.3g	Mátrai csemege szalámi EN:48.0kcal ZS:4.5g TZS:1.9g SZH:0.1g CK:0.0g FH:1.8g SÓ:0.3g	
	Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g	Félbarna kenyér (1;) EN:132.9kcal ZS:0.7g TZS:0.1g SZH:25.9g CK:0.5g FH:4.7g SÓ:0.7g	Foszlós kalács (1;3;6;7;) EN:119.0kcal ZS:3.0g TZS:1.2g SZH:20.8g CK:3.4g FH:3.3g SÓ:0.2g	Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g	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	margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g SÓ:0.1g	
	Kaliforniai paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.5g FH:0.3g SÓ:0.0g				Kígyóuborka EN:3.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.5g CK:0.0g FH:0.3g 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	
Ebéd	Lencsegyulvás (9;12;) EN:612.5kcal ZS:10.3g TZS:1.6g SZH:82.5g CK:6.4g FH:39.3g SÓ:1.3g	Magyaros zöldbaleves (1;9;) EN:92.0kcal ZS:2.4g TZS:0.3g SZH:13.1g CK:3.0g FH:3.1g SÓ:0.8g	Csontleves (9;) EN:134.8kcal ZS:9.7g TZS:2.0g SZH:4.6g CK:2.0g FH:6.4g SÓ:1.0g	Paradicsomleves (1;9;) EN:136.1kcal ZS:3.1g TZS:0.3g SZH:24.4g CK:13.7g FH:2.2g SÓ:0.4g	Francia hagymaleves (7;) EN:97.4kcal ZS:7.3g TZS:2.5g SZH:6.5g CK:0.7g FH:1.3g SÓ:0.6g	Zabgaluskaleves (1;3;9;) EN:67.3kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:13.1g CK:2.0g FH:2.3g SÓ:1.5g	
	Mákos guba (1;7;) EN:325.8kcal ZS:9.6g TZS:2.7g SZH:50.1g CK:16.6g FH:8.3g SÓ:0.9g	Milánói ragu EN:254.2kcal ZS:18.0g TZS:5.4g SZH:7.6g CK:5.0g FH:10.3g SÓ:1.1g	Cérnametél (1;) EN:17.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:3.6g CK:0.2g FH:0.6g SÓ:0.1g	Rántott halrúd (1;4;) EN:259.4kcal ZS:19.9g TZS:2.1g SZH:12.2g CK:0.4g FH:7.0g SÓ:0.4g	Levesgyöngy (1;3;7;) EN:25.0kcal ZS:1.4g TZS:0.7g SZH:2.7g CK:0.3g FH:0.4g SÓ:0.0g	Sertéspörkölt (1;) EN:201.7kcal ZS:14.1g TZS:2.6g SZH:3.9g CK:0.3g FH:13.1g SÓ:1.2g	
	Vaníliaöntet (7;) EN:166.3kcal ZS:3.0g TZS:1.8g SZH:28.3g CK:21.7g FH:6.0g SÓ:0.2g	Tésztaköret (1;) EN:433.9kcal ZS:10.4g TZS:1.4g SZH:72.0g CK:3.5g FH:12.2g SÓ:0.8g	Főtt tojás (3;) EN:73.3kcal ZS:4.4g TZS:1.4g SZH:0.3g CK:0.2g FH:5.0g SÓ:0.2g	Párolt rizs EN:354.3kcal ZS:1.2g TZS:0.2g SZH:77.5g CK:0.0g FH:9.3g SÓ:1.0g	Pásztorbulgur (1;12;) EN:642.9kcal ZS:34.9g TZS:11.3g SZH:59.4g CK:1.9g FH:19.0g SÓ:2.3g	Sárgaborsófőzelék (1;) EN:285.1kcal ZS:8.0g TZS:1.3g SZH:37.6g CK:3.6g FH:14.2g SÓ:0.8g	
	Nektarin EN:34.3kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:8.0g CK:5.5g FH:0.3g SÓ:0.0g	Reszelt sajt (7;) EN:44.5kcal ZS:3.2g TZS:2.1g SZH:0.2g CK:0.0g FH:3.8g SÓ:0.3g	Sóskamártás (1;7;) EN:83.4kcal ZS:4.7g TZS:2.6g SZH:6.4g CK:2.1g FH:2.6g SÓ:0.1g	Káposztasaláta * (10;12;) EN:11.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.4g FH:1.0g SÓ:0.4g	Csemege uborka * (10;12;) EN:4.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.7g CK:0.2g FH:0.3g SÓ:0.7g	Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:36.6kcal ZS:0.1g TZS:0.1g SZH:7.5g FH:1.1g SÓ:0.2g	
Uzsonna	Turista szalámi EN:55.4kcal ZS:4.8g TZS:2.0g SZH:0.7g CK:0.1g FH:2.4g SÓ:0.4g	Edami sajt (7;) EN:94.8kcal ZS:7.0g TZS:4.8g SZH:0.6g CK:0.6g FH:7.8g SÓ:0.2g	Csirkemell sonka EN:21.8kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:0.4g CK:0.1g FH:3.0g SÓ:0.4g	Sült húskrém (7;) EN:89.0kcal ZS:7.9g TZS:3.7g SZH:0.5g CK:0.3g FH:4.0g SÓ:0.2g	Ízes levél (1;3;7;) EN:179.5kcal ZS:6.5g TZS:3.6g SZH:27.5g CK:13.5g FH:2.0g SÓ:0.2g	Kockasajt (7;) EN:36.2kcal ZS:2.8g TZS:1.8g SZH:0.8g CK:0.7g FH:1.9g SÓ:0.1g	
	margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g SÓ:0.1g	margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g SÓ:0.1g	margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g SÓ:0.1g	Zsemle (1;) EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g		Kifli (1;7;) EN:124.5kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:25.5g CK:0.1g FH:3.8g SÓ:0.7g	
	Zsemle (1;) EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g	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	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	Paradicsom EN:6.9kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.2g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g			
		Kígyóuborka EN:3.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.5g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g	Paprika EN:9.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.0g FH:0.4g 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(kehérje: g/adag); SÓ(só: g/adag); CA(kalcium: mg/adag). Allergének: 1-Glutén; 2-Rákfélék; 3-Tojás; 4-Halak; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezámag; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.