

	Hétfő 08.03	Kedd 08.04	Szerda 08.05	Csütörtök 08.06	Péntek 08.07	Szombat 08.08	Vasárnap 08.09
Tízórai	Citromos tea EN:20.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Gyümölcs tea (12;) EN:20.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Karamellás rizstej EN:137.0kcal ZS:2.3g TZS:0.4g SZH:28.4g CK:13.6g FH:0.7g SÓ:0.1g	Gyümölcs tea (12;) EN:20.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	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 margarinkrém EN:0.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.1g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Zöldfűszeres margarinkrém EN:36.1kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.2g	margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g SÓ:0.1g	Magvas margarinkrém EN:41.9kcal ZS:4.5g TZS:1.3g SZH:0.2g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.3g	Zöldhagymás margarinkrém EN:43.4kcal ZS:4.5g TZS:1.4g SZH:0.5g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.2g	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:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g	Félbarna kenyér (1;) EN:106.3kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:20.7g CK:0.4g FH:3.8g SÓ:0.6g	Zsemle (1;) EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g	Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g 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 kenyér (1;) EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g	
	Kaliforniai paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.5g FH:0.3g SÓ:0.0g				Paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g		
Ebéd	Vegyes gyümölcsleves EN:97.7kcal ZS:2.6g TZS:0.0g SZH:22.7g CK:13.0g FH:0.5g SÓ:0.4g	Csirke becsináltleves (1;) EN:98.0kcal ZS:2.6g TZS:0.9g SZH:7.8g CK:2.6g FH:9.6g SÓ:1.1g	Vajgaluskaleves (1;3;9;) EN:121.8kcal ZS:3.7g TZS:0.9g SZH:17.5g CK:2.9g FH:3.4g SÓ:1.7g	Lebbencsleves (1;9;12;) EN:113.5kcal ZS:2.5g TZS:0.4g SZH:18.0g CK:2.7g FH:3.1g SÓ:0.9g	Kókuszos ribizlikrémleves EN:124.7kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:27.9g CK:19.9g FH:0.8g SÓ:0.9g	Zöldségkrémleves (1;) EN:44.7kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:9.0g CK:2.3g FH:1.1g SÓ:1.5g	
	Natúr csirkemell (1;) EN:95.7kcal ZS:4.8g TZS:0.8g SZH:1.6g CK:0.0g FH:10.8g SÓ:0.2g	Dejő szórát (1;) EN:126.8kcal ZS:2.5g TZS:0.2g SZH:23.1g CK:20.2g FH:2.2g SÓ:0.0g	Csirkepörkölt (1;12;) EN:144.4kcal ZS:8.8g TZS:1.4g SZH:2.7g CK:0.0g FH:13.0g SÓ:1.5g	Rakott brokkoli (csirkehússal) (1;) EN:195.3kcal ZS:6.8g TZS:1.1g SZH:22.2g CK:2.4g FH:12.8g SÓ:0.9g	Pestos csirkemell (1;) EN:157.0kcal ZS:10.0g TZS:1.3g SZH:2.9g CK:0.3g FH:13.2g SÓ:0.2g	Pírtott kenyérkocka (1;) EN:26.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:5.2g CK:0.1g FH:0.9g SÓ:0.1g	
	Petrezselymes burgonya (12;) EN:225.0kcal ZS:2.4g TZS:0.2g SZH:40.5g CK:0.0g FH:5.5g SÓ:1.5g	Főtt tészta (1;) EN:397.6kcal ZS:6.4g TZS:1.0g SZH:72.0g CK:3.5g FH:12.2g SÓ:0.7g	Zöldborsófőzelék (1;) EN:159.8kcal ZS:2.3g TZS:0.3g SZH:27.0g CK:5.2g FH:7.0g SÓ:0.8g	Gesztenye Marci EN:62.6kcal ZS:2.9g TZS:2.6g SZH:7.6g CK:6.1g FH:0.7g SÓ:0.0g	Burgonyapüre (12;) EN:207.4kcal ZS:1.6g TZS:0.3g SZH:38.9g CK:1.2g FH:5.0g SÓ:1.6g	Kukoricás csirkeragu (1;) EN:125.9kcal ZS:5.9g TZS:1.1g SZH:6.1g CK:1.2g FH:11.2g SÓ:0.7g	
	Nektarin EN:34.3kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:8.0g CK:5.5g FH:0.3g SÓ:0.0g	Sárgabarack EN:33.6kcal ZS:0.4g SZH:7.1g FH:0.6g	Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:36.6kcal ZS:0.1g TZS:0.1g SZH:7.5g FH:1.1g SÓ:0.2g			Párolt bulgur (1;) EN:358.0kcal ZS:6.2g TZS:0.8g SZH:61.3g CK:1.9g FH:11.0g SÓ:0.7g	
		Félbarna kenyér (1;) EN:39.9kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:7.8g CK:0.2g FH:1.4g SÓ:0.2g				Alma EN:24.5kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:4.9g CK:2.8g FH:0.3g SÓ:0.0g	
Uzsonna	Turista szalámi EN:51.8kcal ZS:4.6g TZS:1.8g SZH:0.0g CK:0.0g FH:2.4g SÓ:0.4g	Gépsonka EN:23.4kcal ZS:0.9g TZS:0.4g SZH:0.6g CK:0.1g FH:3.2g SÓ:0.5g	Csirkemell sonka EN:21.8kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:0.4g CK:0.1g FH:3.0g SÓ:0.4g	Házi húskrém EN:49.8kcal ZS:3.5g TZS:1.1g SZH:0.0g CK:0.0g FH:4.2g SÓ:0.1g	Mini lekvár EN:60.8kcal SZH:14.5g CK:12.8g	Halkrém (4;6;) EN:42.6kcal ZS:3.5g TZS:1.1g SZH:0.1g CK:0.0g FH:2.6g SÓ:0.2g	
	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	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	
	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:4.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.8g CK:0.0g FH:0.2g 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-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-Csillagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

	Hétfő 08.03	Kedd 08.04	Szerda 08.05	Csütörtök 08.06	Péntek 08.07	Szombat 08.08	Vasárnap 08.09
Uzsonna		Kígyóuborka EN:2.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.3g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g	Paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g				