

|         | Hétfő<br>08.03                                                                                            | Kedd<br>08.04                                                                                              | Szerda<br>08.05                                                                                            | Csütörtök<br>08.06                                                                                                | Péntek<br>08.07                                                                                            | Szombat<br>08.08                                                                                       | Vasárnap<br>08.09 |
|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| Tízórai | <b>Citromos tea</b><br>EN:20.0kcal 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:20.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g              | <b>Karamellás rizstej</b><br>EN:137.0kcal ZS:2.3g TZS:0.4g<br>SZH:28.4g CK:13.6g FH:0.7g SÓ:0.1g           | <b>Gyümölcs tea (12;)</b><br>EN:20.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g                     | <b>Citromos tea</b><br>EN:20.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g                    | <b>Limonádé</b><br>EN:44.1kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:10.3g CK:10.1g FH:0.1g SÓ:0.0g                  |                   |
|         | <b>Magyaros margarinkrém</b><br>EN:0.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:0.1g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g           | <b>Zöldfűszeres margarinkrém</b><br>EN:36.1kcal ZS:4.0g TZS:1.2g<br>SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.2g       | <b>margarin</b><br>EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g<br>SÓ:0.1g                                                 | <b>Magvas margarinkrém</b><br>EN:41.9kcal ZS:4.5g TZS:1.3g<br>SZH:0.2g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.3g                    | <b>Zöldhagymás margarinkrém</b><br>EN:43.4kcal ZS:4.5g TZS:1.4g<br>SZH:0.5g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.2g        | <b>Mátrai csemege szalámi</b><br>EN:48.0kcal ZS:4.5g TZS:1.9g<br>SZH:0.1g CK:0.0g FH:1.8g SÓ:0.3g      |                   |
|         | <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>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:0.6g          | <b>Zsemle (1;)</b><br>EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g<br>SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g                           | <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>Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;)</b><br>EN:139.7kcal ZS:0.9g TZS:0.1g<br>SZH:28.4g CK:0.6g FH:5.4g SÓ:0.7g | <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>Kaliforniai paprika</b><br>EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:0.9g CK:0.5g FH:0.3g SÓ:0.0g             |                                                                                                            |                                                                                                            |                                                                                                                   | <b>Paprika</b><br>EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g                          |                                                                                                        |                   |
| Ebéd    | <b>Tojásleves (1;3;)</b><br>EN:89.8kcal ZS:6.6g TZS:0.9g<br>SZH:5.3g CK:0.0g FH:2.0g SÓ:0.7g              | <b>Csirke becsináltleves (1;)</b><br>EN:98.0kcal ZS:2.6g TZS:0.9g<br>SZH:7.8g CK:2.6g FH:9.6g SÓ:1.1g      | <b>Vajgaluskaleves (1;3;9;)</b><br>EN:121.8kcal ZS:3.7g TZS:0.9g<br>SZH:17.5g CK:2.9g FH:3.4g SÓ:1.7g      | <b>Lebbencsleves (1;9;12;)</b><br>EN:113.5kcal ZS:2.5g TZS:0.4g<br>SZH:18.0g CK:2.7g FH:3.1g SÓ:0.9g              | <b>Kókuszos ribizlikrémleves</b><br>EN:124.7kcal ZS:0.4g TZS:0.0g<br>SZH:27.9g CK:19.9g FH:0.8g SÓ:0.9g    | <b>Zöldségkrémleves (1;)</b><br>EN:44.7kcal ZS:0.4g TZS:0.1g<br>SZH:9.0g CK:2.3g FH:1.1g SÓ:1.5g       |                   |
|         | <b>Natúr csirkemell (1;)</b><br>EN:95.7kcal ZS:4.8g TZS:0.8g<br>SZH:1.6g CK:0.0g FH:10.8g SÓ:0.2g         | <b>Dejő szórát (1;)</b><br>EN:126.8kcal ZS:2.5g TZS:0.2g<br>SZH:23.1g CK:20.2g FH:2.2g SÓ:0.0g             | <b>Csirkepörkölt (1;12;)</b><br>EN:144.4kcal ZS:8.8g TZS:1.4g<br>SZH:2.7g CK:0.0g FH:13.0g SÓ:1.5g         | <b>Rakott brokkoli (csirkehússal) (1;)</b><br>EN:195.3kcal ZS:6.8g TZS:1.1g<br>SZH:22.2g CK:2.4g FH:12.8g SÓ:0.9g | <b>Pestos csirkemell (1;)</b><br>EN:157.0kcal ZS:10.0g TZS:1.3g<br>SZH:2.9g CK:0.3g FH:13.2g SÓ:0.2g       | <b>Pírtott kenyérkocka (1;)</b><br>EN:26.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g<br>SZH:5.2g CK:0.1g FH:0.9g SÓ:0.1g    |                   |
|         | <b>Petrezselymes burgonya (12;)</b><br>EN:225.0kcal ZS:2.4g TZS:0.2g<br>SZH:40.5g CK:0.0g FH:5.5g SÓ:1.5g | <b>Főtt tészta (1;)</b><br>EN:397.6kcal ZS:6.4g TZS:1.0g<br>SZH:72.0g CK:3.5g FH:12.2g SÓ:0.7g             | <b>Zöldborsófőzelék (1;)</b><br>EN:159.8kcal ZS:2.3g TZS:0.3g<br>SZH:27.0g CK:5.2g FH:7.0g SÓ:0.8g         | <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>Burgonyapüre (12;)</b><br>EN:207.4kcal ZS:1.6g TZS:0.3g<br>SZH:38.9g CK:1.2g FH:5.0g SÓ:1.6g            | <b>Kukoricás csirkeragu (1;)</b><br>EN:125.9kcal ZS:5.9g TZS:1.1g<br>SZH:6.1g CK:1.2g FH:11.2g SÓ:0.7g |                   |
|         | <b>Nektarin</b><br>EN:34.3kcal ZS:0.2g TZS:0.0g<br>SZH:8.0g CK:5.5g FH:0.3g SÓ:0.0g                       | <b>Sárgabarack</b><br>EN:33.6kcal ZS:0.4g SZH:7.1g<br>FH:0.6g                                              | <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b><br>EN:36.6kcal ZS:0.1g TZS:0.1g<br>SZH:7.5g FH:1.1g SÓ:0.2g             |                                                                                                                   |                                                                                                            | <b>Párolt bulgur (1;)</b><br>EN:358.0kcal ZS:6.2g TZS:0.8g<br>SZH:61.3g CK:1.9g FH:11.0g SÓ:0.7g       |                   |
|         |                                                                                                           | <b>Félbarna kenyér (1;)</b><br>EN:39.9kcal ZS:0.2g TZS:0.0g<br>SZH:7.8g CK:0.2g FH:1.4g SÓ:0.2g            |                                                                                                            |                                                                                                                   |                                                                                                            | <b>Alma</b><br>EN:24.5kcal ZS:0.3g TZS:0.0g<br>SZH:4.9g CK:2.8g FH:0.3g SÓ:0.0g                        |                   |
| Uzsonna | <b>Turista szalámi</b><br>EN:51.8kcal ZS:4.6g TZS:1.8g<br>SZH:0.0g CK:0.0g FH:2.4g SÓ:0.4g                | <b>Gépsonka</b><br>EN:23.4kcal ZS:0.9g TZS:0.4g<br>SZH:0.6g CK:0.1g FH:3.2g SÓ:0.5g                        | <b>Csirkemell sonka</b><br>EN:21.8kcal ZS:0.9g TZS:0.3g<br>SZH:0.4g CK:0.1g FH:3.0g SÓ:0.4g                | <b>Házi húskrém</b><br>EN:49.8kcal ZS:3.5g TZS:1.1g<br>SZH:0.0g CK:0.0g FH:4.2g SÓ:0.1g                           | <b>Mini lekvár</b><br>EN:60.8kcal SZH:14.5g CK:12.8g                                                       | <b>Halkrém (4;6;)</b><br>EN:42.6kcal ZS:3.5g TZS:1.1g<br>SZH:0.1g CK:0.0g FH:2.6g SÓ:0.2g              |                   |
|         | <b>margarin</b><br>EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g<br>SÓ:0.1g                                                | <b>margarin</b><br>EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g<br>SÓ:0.1g                                                 | <b>margarin</b><br>EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g<br>SÓ:0.1g                                                 | <b>Zsemle (1;)</b><br>EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g<br>SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g                                  | <b>Mini margarin</b><br>EN:31.5kcal ZS:3.5g TZS:0.8g<br>SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g                   | <b>Zsemle (1;)</b><br>EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g<br>SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g                       |                   |
|         | <b>Zsemle (1;)</b><br>EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g<br>SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g                          | <b>Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;)</b><br>EN:139.7kcal ZS:0.9g TZS:0.1g<br>SZH:28.4g CK:0.6g FH:5.4g SÓ:0.7g | <b>Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;)</b><br>EN:139.7kcal ZS:0.9g TZS:0.1g<br>SZH:28.4g CK:0.6g FH:5.4g SÓ:0.7g | <b>Paradicsom</b><br>EN:4.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g<br>SZH:0.8g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g                              | <b>Zsemle (1;)</b><br>EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g<br>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-Csilagfűrt; 14-Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.

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