

	Hétfő 10.12	Kedd 10.13	Szerda 10.14	Csütörtök 10.15	Péntek 10.16
Reggeli	Barackos tea EN:18.3kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:4.5g CK:4.5g FH:0.0g SÓ:0.0g Sertés párizsi EN:23.0kcal ZS:2.0g TZS:0.8g SZH:0.3g CK:0.0g FH:1.0g SÓ:0.2g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g SÓ:0.1g Félbarna kenyér (1;) EN:106.8kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:20.4g CK:0.6g FH:4.4g SÓ:0.6g	Karamellás tej (7;) EN:53.0kcal ZS:1.5g TZS:0.9g SZH:6.6g CK:6.6g FH:3.0g SÓ:0.1g Kifli (1;7;) EN:124.5kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:25.5g CK:0.1g FH:3.8g SÓ:0.7g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g SÓ:0.1g	Tej (7;) EN:45.0kcal ZS:1.5g TZS:0.9g SZH:4.6g CK:4.6g FH:3.0g SÓ:0.1g Magvas krém (7;) EN:58.1kcal ZS:5.7g TZS:3.5g SZH:1.1g CK:0.3g FH:0.5g SÓ:0.3g Félbarna kenyér (1;) EN:106.8kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:20.4g CK:0.6g FH:4.4g SÓ:0.6g	Citromos tea EN:2.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.6g CK:0.6g FH:0.0g SÓ:0.0g Halkrém (4;7;) EN:76.5kcal ZS:6.9g TZS:4.0g SZH:0.6g CK:0.6g FH:2.9g SÓ:0.3g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:96.8kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:17.6g CK:0.3g FH:3.8g SÓ:0.6g	Tejeskávé (1;7;) EN:51.3kcal ZS:1.3g TZS:0.8g SZH:6.9g CK:5.8g FH:2.7g SÓ:0.1g Zöldhagymás szendvicskrém (7;) EN:79.8kcal ZS:7.5g TZS:4.8g SZH:0.9g CK:0.7g FH:0.6g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:96.8kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:17.6g CK:0.3g FH:3.8g SÓ:0.6g Paradicsom EN:6.9kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.2g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g
Tízórai	Szilva EN:44.1kcal SZH:9.8g CK:2.6g FH:0.6g	Alma EN:24.5kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:4.9g CK:2.8g FH:0.3g SÓ:0.0g	Körte EN:36.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:8.4g CK:1.1g FH:0.3g SÓ:0.0g	Alma EN:24.5kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:4.9g CK:2.8g FH:0.3g SÓ:0.0g	Banán EN:73.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:16.9g CK:10.5g FH:0.9g SÓ:0.0g
Ebéd	Főtt tojás (3;) EN:73.3kcal ZS:4.4g TZS:1.4g SZH:0.3g CK:0.2g FH:5.0g SÓ:0.2g Lencsefőzelék püré (1;7;10;12;) EN:254.4kcal ZS:7.6g TZS:1.9g SZH:30.6g CK:2.0g FH:11.7g SÓ:0.7g Körte EN:36.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:8.4g CK:1.1g FH:0.3g SÓ:0.0g	Palócleves (1;7;9;) EN:134.4kcal ZS:7.0g TZS:2.8g SZH:6.9g CK:1.1g FH:10.3g SÓ:0.7g túrós gombóc (1;7;) EN:501.4kcal ZS:20.9g TZS:2.9g SZH:67.9g CK:30.2g FH:10.0g SÓ:1.5g Porcukor szórát EN:41.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Szárnycsagu EN:69.5kcal ZS:3.4g TZS:0.7g SZH:1.1g CK:0.0g FH:8.0g SÓ:0.7g Paszternákfőzelék (1;7;) EN:157.1kcal ZS:5.8g TZS:1.3g SZH:21.6g CK:10.9g FH:4.2g 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	Sült csirke csíkok EN:88.4kcal ZS:4.8g TZS:0.9g SZH:0.3g CK:0.0g FH:10.5g SÓ:0.3g Burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:178.8kcal ZS:5.7g TZS:1.6g SZH:25.6g CK:0.8g FH:3.7g SÓ:0.6g Szilva EN:44.1kcal SZH:9.8g CK:2.6g FH:0.6g	Karfiolleves (1;9;) EN:84.2kcal ZS:4.5g TZS:0.5g SZH:8.1g CK:1.9g FH:2.2g SÓ:1.1g Bolognai halragu (4;) EN:94.5kcal ZS:6.8g TZS:1.8g SZH:4.5g CK:0.6g FH:3.7g SÓ:1.5g Tésztaköret (1;) EN:216.9kcal ZS:5.2g TZS:0.7g SZH:36.0g CK:1.8g FH:6.1g SÓ:0.7g Reszelt sajt (7;) EN:52.0kcal ZS:4.0g TZS:2.5g SZH:0.3g CK:0.3g FH:3.9g SÓ:0.2g
Uzsonna	Sajtkrém (7;) EN:44.5kcal ZS:3.3g TZS:2.0g SZH:1.3g CK:0.8g FH:2.5g SÓ:0.4g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:96.8kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:17.6g CK:0.3g FH:3.8g SÓ:0.6g Kaliforniai paprika EN:9.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.7g FH:0.4g SÓ:0.0g Gyümölcs tea EN:20.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Gépsonka EN:17.5kcal ZS:0.7g TZS:0.3g SZH:0.5g CK:0.0g FH:2.4g SÓ:0.4g Vaj (7;) EN:72.3kcal ZS:8.0g TZS:5.2g SZH:0.1g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:96.8kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:17.6g CK:0.3g FH:3.8g SÓ:0.6g Kígyóborka EN:3.6kcal ZS:0.0g SZH:0.5g FH:0.3g Citromos tea EN:2.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.6g CK:0.6g FH:0.0g SÓ:0.0g	Sült húskrém (7;) EN:69.6kcal ZS:3.2g TZS:3.0g SZH:0.5g CK:0.3g FH:3.0g SÓ:0.2g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:96.8kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:17.6g CK:0.3g FH:3.8g SÓ:0.6g Paprika EN:9.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g Barackos tea EN:18.3kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:4.5g CK:4.5g FH:0.0g SÓ:0.0g	Edami sajt (7;) EN:77.8kcal ZS:5.8g TZS:3.8g SZH:0.0g CK:0.0g FH:6.5g SÓ:0.4g margarin EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:48.4kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:8.8g CK:0.2g FH:1.9g SÓ:0.3g Kígyóborka EN:3.6kcal ZS:0.0g SZH:0.5g FH:0.3g Tej (7;) EN:45.0kcal ZS:1.5g TZS:0.9g SZH:4.6g CK:4.6g FH:3.0g SÓ:0.1g	Kockasajt (7;) EN:36.2kcal ZS:2.8g TZS:1.8g SZH:0.8g CK:0.7g FH:1.9g SÓ:0.1g Félbarna kenyér (1;) EN:106.8kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:20.4g CK:0.6g FH:4.4g SÓ:0.6g Citromos tea EN:2.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.6g CK:0.6g 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(kehérje: g/adag); SÓ(só: g/adag); CA(kalcium: mg/adag). Allergének: 1-Glutén; 2-Rákkfélek; 3-Tojás; 4-Halak; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej; 8-Diófélek (mandula, mogyoró, diófélek, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezámag; 12-Kén-dioxid, szulfidok; 13-Csilagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.