

	Hétfő 04.07	Kedd 04.08	Szerda 04.09	Csütörtök 04.10	Péntek 04.11
Tízórai	Vajkrém, zöldfűszeres (7;) EN:21.6kcal ZS:2.0g TZS:1.3g SZH:0.4g CK:0.3g FH:0.5g SÓ:0.1g CA:0.0mg Fehér kenyér (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g	Fahéjas kifli (1;3;7;) EN:267.6kcal ZS:5.9g TZS:0.1g SZH:47.5g CK:9.3g FH:7.7g SÓ:0.8g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g	Méz EN:30.4kcal SZH:8.2g CK:8.2g FH:0.0g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Fehér kenyér (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g	Vizes zsemle (1;) EN:153.3kcal ZS:0.7g TZS:0.0g SZH:31.0g CK:0.9g FH:4.8g Sajtkrém natúr (7;) EN:52.2kcal ZS:4.8g TZS:3.1g SZH:0.5g CK:0.3g FH:1.8g SÓ:0.1g CA:22.5mg	Túrókrém zöldhagymás (7;) EN:65.8kcal ZS:4.2g TZS:2.7g SZH:1.4g CK:0.3g FH:5.2g SÓ:0.7g CA:36.6mg Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:140.0kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:26.5g CK:0.4g FH:2.9g SÓ:0.8g
Ebéd	Gulyásleves sertéshússal (9;12;) EN:186.4kcal ZS:8.5g TZS:1.6g SZH:13.3g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.2g CA:0.0mg Tejbedara (1;7;) EN:381.0kcal ZS:9.6g TZS:5.7g SZH:58.9g CK:32.5g FH:9.8g SÓ:0.6g Kakaósórárt EN:118.0kcal ZS:0.8g TZS:0.5g SZH:25.5g CK:25.0g FH:0.9g SÓ:0.1g Fehér kenyér -ebédhez (1;) EN:72.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.3g CK:0.0g FH:2.6g SÓ:0.4g	Zöldségleves vajgaluskával (1;3;7;12;) EN:126.0kcal ZS:6.0g TZS:1.9g SZH:14.7g CK:1.0g FH:3.2g SÓ:0.9g CA:0.0mg Chillisbab szárnyashússal (1;) EN:528.3kcal ZS:33.6g TZS:6.2g SZH:33.8g CK:4.0g FH:18.6g SÓ:1.9g Fehér kenyér -ebédhez (1;) EN:72.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.3g CK:0.0g FH:2.6g SÓ:0.4g	Meggyleves (1;7;) EN:234.0kcal ZS:6.6g TZS:4.0g SZH:44.1g CK:34.0g FH:3.6g SÓ:0.6g CA:42.0mg Rántott borda (1;3;) EN:446.4kcal ZS:30.0g TZS:4.8g SZH:26.1g CK:0.2g FH:16.9g SÓ:1.7g Zöldséges rizs EN:402.6kcal ZS:14.2g TZS:1.6g SZH:60.6g CK:1.4g FH:7.8g SÓ:0.7g	Lebbencsleves (1;9;12;) EN:184.5kcal ZS:11.7g TZS:1.4g SZH:16.1g CK:0.4g FH:2.5g SÓ:0.9g CA:0.0mg Rác zöldbab sertéshússal (1;7;12;) EN:513.0kcal ZS:40.0g TZS:11.2g SZH:21.0g CK:3.3g FH:19.1g SÓ:1.6g CA:36.0mg Fehér kenyér -ebédhez (1;) EN:72.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.3g CK:0.0g FH:2.6g SÓ:0.4g Alma EN:21.7kcal ZS:0.3g SZH:4.9g	Sárgaborsó krémleves (1;) EN:210.0kcal ZS:8.7g TZS:1.8g SZH:22.3g CK:0.0g FH:8.7g SÓ:1.2g CA:0.0mg Bácskai rizseshús (csirke) (12;) EN:474.4kcal ZS:19.1g TZS:4.3g SZH:56.2g CK:0.1g FH:19.0g SÓ:2.0g CA:0.0mg Csemege uborka (10;12;) EN:6.6kcal ZS:0.1g SZH:1.1g CK:0.2g FH:0.5g SÓ:1.0g
Uzsonna	Sajtos baromfipárizsi (7;) EN:55.2kcal ZS:4.7g TZS:1.5g SZH:0.3g CK:0.1g FH:4.0g SÓ:0.6g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:140.0kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:26.5g CK:0.4g FH:2.9g SÓ:0.8g Kígyóuborka EN:3.6kcal ZS:0.0g SZH:0.5g FH:0.3g	Tojáskrém (3;7;10;) EN:62.5kcal ZS:5.8g TZS:2.1g SZH:0.3g CK:0.3g FH:1.9g SÓ:0.3g CA:7.2mg Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:140.0kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:26.5g CK:0.4g FH:2.9g SÓ:0.8g Jégcsapretek EN:4.5kcal ZS:0.0g SZH:0.7g FH:0.4g	Póros zala felvágott krém (7;10;) EN:63.4kcal ZS:2.7g TZS:2.7g SZH:1.4g CK:0.5g FH:2.3g SÓ:0.4g CA:15.4mg Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:140.0kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:26.5g CK:0.4g FH:2.9g SÓ:0.8g Tv paprika EN:9.0kcal ZS:0.0g SZH:1.4g FH:0.4g	Olasz felvágott KREL EN:70.8kcal ZS:6.0g TZS:2.3g SZH:0.6g CK:0.0g FH:3.6g SÓ:0.7g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:140.0kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:26.5g CK:0.4g FH:2.9g SÓ:0.8g	Mixxel szórt pogácsa (1;3;6;7;) EN:216.3kcal ZS:14.8g TZS:3.0g SZH:22.6g CK:0.7g FH:6.0g SÓ:0.6g
Összesítés	EN: 1115.8 kcal; ZS: 30.5 g; TZS: 11.6 g; SZH: 163.7 g; CK: 58.4 g; FH: 37.3 g; SÓ: 4.4 g; CA: 0.0 mg;	EN: 1219.0 kcal; ZS: 55.6 g; TZS: 11.1 g; SZH: 137.8 g; CK: 14.9 g; FH: 37.3 g; SÓ: 5.2 g; CA: 7.2 mg;	EN: 1463.8 kcal; ZS: 58.0 g; TZS: 14.0 g; SZH: 192.3 g; CK: 44.8 g; FH: 38.2 g; SÓ: 4.9 g; CA: 57.4 mg;	EN: 1225.6 kcal; ZS: 67.7 g; TZS: 19.0 g; SZH: 115.0 g; CK: 5.3 g; FH: 37.3 g; SÓ: 4.7 g; CA: 58.5 mg;	EN: 1113.1 kcal; ZS: 48.7 g; TZS: 11.9 g; SZH: 130.1 g; CK: 1.8 g; FH: 42.3 g; SÓ: 6.3 g; CA: 36.6 mg;

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-Rákkfélék; 3-Tojás; 4-Halak; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csillagfürt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

	Hétfő 04.14	Kedd 04.15	Szerda 04.16	Csütörtök 04.17	Péntek 04.18
Tízórai	Vajkrém, natúr (7;) EN:34.8kcal ZS:3.5g TZS:2.3g SZH:0.6g CK:0.2g FH:0.2g SÓ:0.1g CA:5.0mg Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:140.0kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:26.5g CK:0.4g FH:2.9g SÓ:0.8g	Sós kalács (1;3;6;7;) EN:148.8kcal ZS:3.5g TZS:1.5g SZH:24.3g CK:1.5g FH:5.6g SÓ:0.4g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g	Körözött tehéntúróból zöldhagymával (7;) EN:78.1kcal ZS:5.4g TZS:3.4g SZH:1.6g CK:1.4g FH:5.2g SÓ:0.3g CA:33.5mg Fehér kenyér (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g		
Ebéd	Kelkáposztaleves virslivel (1;6;7;12;) EN:335.3kcal ZS:22.1g TZS:7.6g SZH:20.1g CK:1.1g FH:12.2g SÓ:1.6g CA:36.0mg Durumtészta (1;) EN:475.3kcal ZS:15.0g TZS:1.9g SZH:72.0g CK:3.5g FH:12.2g SÓ:1.2g Mákszórat EN:195.3kcal ZS:6.7g TZS:0.9g SZH:29.2g CK:25.5g FH:3.7g Alma EN:21.7kcal ZS:0.3g SZH:4.9g Fehér kenyér -ebédhez (1;) EN:72.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.3g CK:0.0g FH:2.6g SÓ:0.4g	Csontleves (1;3;9;12;) EN:139.0kcal ZS:4.1g TZS:1.3g SZH:14.3g CK:0.3g FH:10.8g SÓ:1.8g CA:0.0mg Sertéssült (1;) EN:280.8kcal ZS:14.9g TZS:4.3g SZH:3.6g CK:0.0g FH:31.2g SÓ:0.7g Burgonya féladag (12;) EN:94.0kcal ZS:0.2g SZH:18.4g FH:2.5g SÓ:2.0g Almamártás (1;7;) EN:183.8kcal ZS:3.1g TZS:1.9g SZH:34.9g CK:21.9g FH:1.9g SÓ:0.0g CA:19.6mg	Paradicsomleves (1;9;12;) EN:328.4kcal ZS:11.6g TZS:1.3g SZH:51.6g CK:31.2g FH:3.6g SÓ:0.7g Tarhonyáshús pulykahússal (1;12;) EN:536.5kcal ZS:21.9g TZS:3.2g SZH:59.4g CK:2.9g FH:24.3g SÓ:2.2g CA:0.0mg Csemege uborka (10;12;) EN:6.6kcal ZS:0.1g SZH:1.1g CK:0.2g FH:0.5g SÓ:1.0g		
Uzsonna	Löncshús KREL EN:54.0kcal ZS:4.2g TZS:1.7g SZH:0.4g CK:0.3g FH:3.6g SÓ:0.7g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Fehér kenyér (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g	Kolbászkрем (7;) EN:113.0kcal ZS:9.9g TZS:4.8g SZH:0.5g CK:0.5g FH:5.0g SÓ:0.4g CA:19.2mg Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:140.0kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:26.5g CK:0.4g FH:2.9g SÓ:0.8g Jégcsapretek	Zöldséges szelet EN:56.1kcal ZS:4.5g TZS:1.7g SZH:1.2g CK:0.2g FH:2.7g SÓ:0.7g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:140.0kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:26.5g CK:0.4g FH:2.9g SÓ:0.8g		
Összesítés	EN: 1466.4 kcal; ZS: 56.5 g; TZS: 15.4 g; SZH: 191.9 g; CK: 31.1 g; FH: 41.7 g; SÓ: 5.5 g; CA: 41.0 mg;	EN: 1117.5 kcal; ZS: 39.6 g; TZS: 14.5 g; SZH: 122.4 g; CK: 24.6 g; FH: 59.9 g; SÓ: 6.2 g; CA: 38.8 mg;	EN: 1283.6 kcal; ZS: 47.9 g; TZS: 10.6 g; SZH: 165.3 g; CK: 36.4 g; FH: 43.4 g; SÓ: 6.4 g; CA: 33.5 mg;		

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-Rákkfélek; 3-Tojás; 4-Halak; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csillagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

	Hétfő 04.28	Kedd 04.29	Szerda 04.30	Csütörtök 05.01	Péntek 05.02
Tízórai	Zöldfűszeres vajkrém (7;) EN:104.4kcal ZS:10.5g TZS:6.8g SZH:1.8g CK:0.7g FH:0.7g SÓ:0.3g CA:15.0mg Fehér kenyér (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g Jégcsapretek	Málna-alma lekvár EN:25.2kcal SZH:6.1g CK:6.0g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Fehér kenyér (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g	Vajkrém répás (7;) EN:99.0kcal ZS:9.8g TZS:6.4g SZH:2.0g CK:0.6g FH:0.7g SÓ:0.3g CA:14.0mg Fehér kenyér (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g		
Ebéd	Babgulyás (9;12;) EN:319.6kcal ZS:15.1g TZS:4.1g SZH:23.3g CK:1.4g FH:18.8g SÓ:1.6g CA:0.0mg Krumplisztyén (1;12;) EN:478.4kcal ZS:17.1g TZS:2.0g SZH:67.3g CK:2.3g FH:10.8g SÓ:3.2g CA:0.0mg Fehér kenyér -ebédhez (1;) EN:72.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.3g CK:0.0g FH:2.6g SÓ:0.4g	Daragaluskaleves (1;3;9;12;) EN:147.7kcal ZS:5.7g TZS:0.9g SZH:20.2g CK:0.0g FH:3.8g SÓ:2.0g Sült virsli EN:146.2kcal ZS:12.2g TZS:2.0g SZH:3.0g CK:0.3g FH:6.4g SÓ:1.2g Zöldborsófőzelék (1;7;) EN:472.1kcal ZS:24.8g TZS:5.7g SZH:48.7g CK:23.3g FH:10.8g SÓ:0.9g CA:89.2mg Alma EN:21.7kcal ZS:0.3g SZH:4.9g Fehér kenyér -ebédhez (1;) EN:72.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.3g CK:0.0g FH:2.6g SÓ:0.4g	Köménymagos rántottleves (1;) EN:93.5kcal ZS:7.4g TZS:0.8g SZH:5.7g CK:0.0g FH:0.8g SÓ:0.7g CA:0.0mg Levesgyöngy (1;3;7;) EN:50.0kcal ZS:2.8g TZS:1.3g SZH:5.3g CK:0.6g FH:0.8g SÓ:0.1g 100 %-os halrudacska (1;4;) EN:272.8kcal ZS:17.8g TZS:1.8g SZH:17.1g CK:0.5g FH:9.9g SÓ:0.5g Petrezselymes rizs EN:347.0kcal ZS:7.4g TZS:0.9g SZH:63.3g FH:7.6g SÓ:0.2g Káposztasaláta EN:41.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:8.8g CK:5.3g FH:1.0g SÓ:0.5g CA:0.0mg		
Uzsonna	Kedvenc ízek szerencseszelet (6;10;) EN:45.9kcal ZS:3.0g TZS:1.2g SZH:0.8g CK:0.1g FH:3.9g SÓ:0.6g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:140.0kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:26.5g CK:0.4g FH:2.9g SÓ:0.8g	Túrókrém pítaminpaprikás (7;) EN:102.3kcal ZS:10.1g TZS:4.9g SZH:0.9g CK:0.7g FH:2.2g SÓ:0.3g CA:10.5mg Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:140.0kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:26.5g CK:0.4g FH:2.9g SÓ:0.8g	Zala felvágott EN:72.0kcal ZS:6.0g TZS:2.4g SZH:0.6g CK:0.1g FH:3.9g SÓ:0.7g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:140.0kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:26.5g CK:0.4g FH:2.9g SÓ:0.8g		
Összesítés	EN: 1298.3 kcal; ZS: 50.6 g; TZS: 15.1 g; SZH: 158.0 g; CK: 5.0 g; FH: 44.0 g; SÓ: 7.6 g; CA: 15.0 mg;	EN: 1265.3 kcal; ZS: 57.7 g; TZS: 14.6 g; SZH: 148.5 g; CK: 30.8 g; FH: 33.1 g; SÓ: 6.3 g; CA: 99.7 mg;	EN: 1253.5 kcal; ZS: 55.9 g; TZS: 14.5 g; SZH: 153.1 g; CK: 7.6 g; FH: 31.9 g; SÓ: 4.5 g; CA: 14.0 mg;		

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-Rákkfélék; 3-Tojás; 4-Halak; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfidok; 13-Csillagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.