

	Hétfő 06.01	Kedd 06.02	Szerda 06.03	Csütörtök 06.04	Péntek 06.05
Tízórai	Tej (7;) EN:50.0kcal ZS:1.5g TZS:1.0g SZH:4.6g CK:4.6g FH:2.9g SÓ:0.0g Gépsonka EN:29.3kcal ZS:1.1g TZS:0.5g SZH:0.8g CK:0.1g FH:4.0g SÓ:0.6g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g 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	Kakaó (7;) EN:88.5kcal ZS:2.0g TZS:1.3g SZH:11.1g CK:10.7g FH:4.0g SÓ:0.1g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Foszlós kalács (1;3;6;7;) EN:148.8kcal ZS:3.7g TZS:1.5g SZH:26.0g CK:4.2g FH:4.2g SÓ:0.3g	Tej (7;) EN:50.0kcal ZS:1.5g TZS:1.0g SZH:4.6g CK:4.6g FH:2.9g SÓ:0.0g Almás batyu (1;3;6;7;) EN:93.2kcal ZS:1.9g TZS:0.7g SZH:17.6g CK:6.9g FH:1.9g SÓ:0.1g	Gyümölcsös tea (12;) EN:25.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.2g CK:6.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Tavaszi felvágott EN:69.3kcal ZS:6.0g TZS:2.5g SZH:0.8g CK:0.2g FH:3.0g SÓ:0.6g Tea 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:140.0kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:26.5g CK:0.4g FH:2.9g SÓ:0.8g Jégcsapretek EN:3.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.4g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g	Tej (7;) EN:50.0kcal ZS:1.5g TZS:1.0g SZH:4.6g CK:4.6g FH:2.9g SÓ:0.0g Főtt tojás (3;) EN:19.6kcal ZS:1.4g TZS:0.4g FH:1.7g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Fehér kenyér (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g Paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g
Ebéd	Legényfogyó leves csirkehúsból (1;7;9;) EN:313.6kcal ZS:15.8g TZS:5.0g SZH:24.1g CK:3.3g FH:17.0g SÓ:0.6g Durumtészta levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.3g Tészta köret (1;) EN:439.9kcal ZS:14.9g TZS:1.9g SZH:64.8g CK:3.1g FH:11.0g SÓ:1.0g Mákszórat EN:182.0kcal ZS:5.7g TZS:0.8g SZH:28.6g CK:25.4g FH:3.1g SÓ:0.0g Alma EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Zöldséges tarhonyaleves (1;9;12;) EN:198.9kcal ZS:12.8g TZS:2.5g SZH:17.3g CK:0.7g FH:3.2g SÓ:0.9g Sertéspörkölt (12;) EN:159.0kcal ZS:10.3g TZS:1.9g SZH:2.9g CK:0.1g FH:12.8g SÓ:1.6g Zöldborsófőzelék (1;7;) EN:283.3kcal ZS:12.3g TZS:2.7g SZH:32.4g CK:12.5g FH:8.8g SÓ:0.8g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:72.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.3g CK:0.0g FH:2.6g SÓ:0.4g	Sárgaborsó krémleves (1;) EN:180.1kcal ZS:7.5g TZS:1.5g SZH:19.1g CK:0.0g FH:7.5g SÓ:1.0g 100 %-os halrudacska (1;4;) EN:197.6kcal ZS:13.6g TZS:1.4g SZH:11.4g CK:0.4g FH:6.6g SÓ:0.3g Bulgur (1;) EN:278.3kcal ZS:8.9g TZS:2.2g SZH:40.3g CK:1.3g FH:7.3g SÓ:0.8g Őszibarack befőtt EN:27.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.3g CK:6.6g FH:0.2g	Csurgatott tojásleves (1;3;) EN:89.2kcal ZS:6.6g TZS:0.9g SZH:5.3g CK:0.0g FH:1.9g SÓ:0.7g Rántott csirkemell napraforgó és lenmagos bundában (1;3;7;) EN:395.0kcal ZS:24.6g TZS:3.2g SZH:25.8g CK:0.6g FH:16.0g SÓ:1.1g Sárgarépás rizs EN:225.2kcal ZS:6.3g TZS:0.7g SZH:37.9g CK:0.0g FH:4.6g SÓ:0.7g Cékla saláta- saját EN:78.5kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:18.5g CK:14.6g FH:1.1g SÓ:0.9g	Orjaleves (9;) EN:60.5kcal ZS:2.4g TZS:0.7g SZH:5.6g CK:2.1g FH:3.7g SÓ:1.1g Durumtészta levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.3g Sertéssült apró (1;) EN:256.8kcal ZS:14.8g TZS:3.8g SZH:3.3g CK:0.0g FH:25.9g SÓ:0.6g Vegyes gyümölcsmártás (1;7;) EN:172.6kcal ZS:3.8g TZS:2.4g SZH:31.9g CK:24.1g FH:1.4g SÓ:0.5g Burgonya féladag (12;) EN:94.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:18.4g CK:0.0g FH:2.5g SÓ:1.3g
Uzsonna	Sajtkrém natúr (7;) EN:28.6kcal ZS:2.4g TZS:1.6g SZH:1.0g CK:1.0g FH:0.8g SÓ:0.3g Fehér kenyér (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g Kígyóuborka EN:2.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.3g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g	Körözött tehéntúróból zöldhagymával (7;) EN:72.0kcal ZS:4.4g TZS:2.8g SZH:1.5g CK:1.1g FH:4.3g 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 Kaliforniai paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.5g FH:0.3g SÓ:0.0g Citromos tea (12;) EN:25.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.2g CK:6.1g FH:0.0g SÓ:0.0g	Trappista sajt (7;) EN:101.1kcal ZS:7.8g TZS:4.8g SZH:0.1g CK:0.1g FH:7.7g SÓ:0.4g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g 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 Paradicsom EN:4.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.8g CK:0.5g FH:0.2g SÓ:0.0g	Gyümölcs joghurt (7;) EN:77.5kcal ZS:2.0g TZS:1.3g SZH:10.5g CK:10.3g FH:4.3g SÓ:0.1g Kifli (1;7;) EN:115.6kcal ZS:0.9g TZS:0.4g SZH:22.9g CK:1.1g FH:3.5g SÓ:0.4g	Kockasajt 2 db (7;) EN:72.5kcal ZS:5.6g TZS:3.5g SZH:1.6g CK:1.4g FH:3.9g SÓ:0.3g Teljes kiőrlésű kifli (1;6;) EN:125.7kcal ZS:0.8g TZS:0.1g SZH:25.5g CK:0.6g FH:4.8g SÓ:0.6g Nektarin EN:490.0kcal ZS:3.0g TZS:0.0g SZH:114.0g CK:79.0g FH:4.0g SÓ:0.0g



	Hétfő 06.08	Kedd 06.09	Szerda 06.10	Csütörtök 06.11	Péntek 06.12
Tízórai	Citromos tea (12;) EN:25.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.2g CK:6.1g FH:0.0g SÓ:0.0g Magyaros vajkrém (7;) EN:23.9kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:5.0g CK:0.1g FH:0.1g SÓ:0.0g 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:2.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.3g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g	Vaníliás tej (7;) EN:73.5kcal ZS:1.7g TZS:1.1g SZH:9.6g CK:9.6g FH:3.2g SÓ:0.0g Briós (1;3;6;7;) EN:163.8kcal ZS:4.3g TZS:1.5g SZH:28.4g CK:4.7g FH:4.4g SÓ:0.3g	Tej (7;) EN:92.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.6g CK:9.6g FH:6.4g SÓ:0.2g Zala felvágott EN:60.0kcal ZS:5.0g TZS:2.0g SZH:0.5g CK:0.1g FH:3.3g SÓ:0.6g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;) EN:153.7kcal ZS:1.0g TZS:0.1g SZH:31.2g CK:0.7g FH:5.9g SÓ:0.8g Paradicsom EN:4.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.8g CK:0.5g FH:0.2g SÓ:0.0g	Tej (7;) EN:92.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.6g CK:9.6g FH:6.4g SÓ:0.2g Lekvár EN:48.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:11.6g CK:10.2g FH:0.1g SÓ:0.0g Tea vaj (7;) EN:72.3kcal ZS:8.0g TZS:5.2g SZH:0.1g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Fehér kenyér (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g	Gyümölcsös tea (12;) EN:25.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.2g CK:6.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Edami sajt (7;) EN:94.8kcal ZS:7.0g TZS:4.8g SZH:0.6g CK:0.6g FH:7.8g SÓ:0.2g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g 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 Paradicsom EN:4.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.8g CK:0.5g FH:0.2g SÓ:0.0g
Ebéd	Csirkereguleves (1;9;12;) EN:272.5kcal ZS:20.0g TZS:4.2g SZH:11.8g CK:0.4g FH:10.6g SÓ:0.9g Durumtésztas levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.3g Tészta köret (1;) EN:439.9kcal ZS:14.9g TZS:1.9g SZH:64.8g CK:3.1g FH:11.0g SÓ:1.0g Tejföl (7;) EN:43.2kcal ZS:4.0g TZS:2.6g SZH:0.6g CK:0.6g FH:0.7g SÓ:0.0g Sajtszórát (7;) EN:94.8kcal ZS:6.9g TZS:4.6g SZH:0.6g CK:0.6g FH:7.8g SÓ:0.5g Alma EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Zöldborsóleves (1;9;12;) EN:134.3kcal ZS:5.1g TZS:0.6g SZH:15.6g CK:0.4g FH:5.2g SÓ:0.3g Durumtésztas levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.3g Natúr baromfi vagdalt (1;3;6;) EN:270.7kcal ZS:22.2g TZS:3.4g SZH:13.2g CK:0.4g FH:5.1g SÓ:1.0g Burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:221.3kcal ZS:7.9g TZS:2.3g SZH:29.9g CK:0.9g FH:4.4g SÓ:0.7g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:72.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.3g CK:0.0g FH:2.6g SÓ:0.4g Kinder tejszelet (1;3;7;) EN:117.9kcal ZS:7.8g TZS:4.6g SZH:9.5g CK:8.3g FH:2.2g SÓ:0.2g	Zellerkrémleves (1;7;9;) EN:232.2kcal ZS:18.0g TZS:4.4g SZH:12.7g CK:0.7g FH:4.5g SÓ:0.8g 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 Majorannás csirkemáj (1;) EN:193.9kcal ZS:11.9g TZS:2.8g SZH:2.2g CK:0.0g FH:18.1g SÓ:0.5g Párolt rizs EN:394.1kcal ZS:9.5g TZS:1.1g SZH:69.8g CK:0.0g FH:8.4g SÓ:0.6g Káposztasaláta (10;) EN:14.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.7g CK:1.0g FH:1.3g SÓ:0.5g	Csontleves (9;12;) EN:86.0kcal ZS:3.3g TZS:1.0g SZH:6.1g CK:1.6g FH:7.3g SÓ:1.6g Durumtésztas levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.3g Sertéssült apró (1;) EN:256.8kcal ZS:14.8g TZS:3.8g SZH:3.3g CK:0.0g FH:25.9g SÓ:0.6g Sóskamártás (1;7;) EN:131.8kcal ZS:5.1g TZS:1.0g SZH:17.7g CK:15.0g FH:2.2g SÓ:0.8g Burgonya féladag (12;) EN:94.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:18.4g CK:0.0g FH:2.5g SÓ:1.3g	Zöldséges fehérbabeleves (1;9;12;) EN:78.1kcal ZS:2.3g TZS:0.3g SZH:11.0g CK:0.5g FH:3.1g SÓ:0.8g Durumtésztas levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.3g Vadas szárnyas tokány (1;7;10;) EN:146.0kcal ZS:7.4g TZS:2.5g SZH:5.9g CK:1.9g FH:13.4g SÓ:0.9g Tészta köret (1;) EN:439.9kcal ZS:14.9g TZS:1.9g SZH:64.8g CK:3.1g FH:11.0g SÓ:1.0g
Uzsonna	Csirkemell sonka EN:27.3kcal ZS:1.1g TZS:0.3g SZH:0.5g CK:0.1g FH:3.8g SÓ:0.6g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Fehér kenyér (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g	Tepertőkrém (7;10;) EN:106.6kcal ZS:10.1g TZS:3.8g SZH:0.1g CK:0.1g FH:1.5g SÓ:0.5g 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 Kaliforniai paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.5g FH:0.3g SÓ:0.0g	Vaníliás túrókrém (7;) EN:51.2kcal ZS:2.5g TZS:1.6g SZH:2.9g CK:2.9g FH:3.7g SÓ:0.0g Fehér kenyér (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g	Kefir (7;) EN:60.4kcal ZS:3.5g TZS:2.3g SZH:3.8g CK:3.8g FH:3.3g SÓ:0.0g Teljes kiőrlésű kifli (1;6;) EN:125.7kcal ZS:0.8g TZS:0.1g SZH:25.5g CK:0.6g FH:4.8g SÓ:0.6g Banán EN:105.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:24.2g CK:15.0g FH:1.3g SÓ:0.0g	Pizzás csiga (1;3;7;) EN:380.5kcal ZS:14.9g TZS:5.9g SZH:46.2g CK:6.0g FH:14.3g SÓ:1.3g

	Hétfő 06.15	Kedd 06.16	Szerda 06.17	Csütörtök 06.18	Péntek 06.19
Tízórai	Citromos tea (12;) EN:25.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.2g CK:6.1g FH:0.0g SÓ:0.0g Szerencse szelet (6;10;) EN:38.3kcal ZS:2.5g TZS:1.0g SZH:0.7g CK:0.1g FH:3.3g SÓ:0.5g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Vizes zsemle (1;) EN:125.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:30.0g CK:0.1g FH:3.9g SÓ:0.6g	Karamellás tej (7;) EN:111.5kcal ZS:1.5g TZS:1.0g SZH:19.6g CK:19.6g FH:2.9g SÓ:0.0g Tea vaj (7;) EN:72.3kcal ZS:8.0g TZS:5.2g SZH:0.1g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Fatörzs stangli (1;3;7;) EN:244.1kcal ZS:4.8g TZS:4.1g SZH:44.9g CK:11.5g FH:6.4g SÓ:0.4g	Tej (7;) EN:50.0kcal ZS:1.5g TZS:1.0g SZH:4.6g CK:4.6g FH:2.9g SÓ:0.0g Sajtos baromfipárizsi (7;) EN:46.0kcal ZS:4.0g TZS:1.3g SZH:0.2g CK:0.1g FH:3.3g SÓ:0.5g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Vizes zsemle (1;) EN:125.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:30.0g CK:0.1g FH:3.9g SÓ:0.6g	Tej (7;) EN:50.0kcal ZS:1.5g TZS:1.0g SZH:4.6g CK:4.6g FH:2.9g SÓ:0.0g Méz EN:30.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:8.2g CK:8.2g FH:0.0g SÓ:0.0g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g 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	Tej (7;) EN:50.0kcal ZS:1.5g TZS:1.0g SZH:4.6g CK:4.6g FH:2.9g SÓ:0.0g Trappista sajt (7;) EN:101.1kcal ZS:7.8g TZS:4.8g SZH:0.1g CK:0.1g FH:7.7g SÓ:0.4g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g 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	Gulyásleves sertéshússal (9;12;) EN:182.1kcal ZS:8.4g TZS:1.5g SZH:12.8g CK:0.0g FH:11.9g SÓ:1.2g Tejbedara (1;7;) EN:349.6kcal ZS:7.5g TZS:4.3g SZH:58.0g CK:28.0g FH:8.7g SÓ:0.4g Fahéjszórat EN:82.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:20.0g CK:20.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Alma EN:21.7kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:4.9g CK:2.8g FH:0.0g SÓ:0.0g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:72.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.3g CK:0.0g FH:2.6g SÓ:0.4g	Reszelttészta leves (1;9;12;) EN:89.4kcal ZS:4.8g TZS:0.5g SZH:9.7g CK:0.4g FH:1.8g SÓ:0.8g Húsgombóc sertéshússal (3;) EN:198.3kcal ZS:10.3g TZS:3.6g SZH:15.5g CK:0.0g FH:11.1g SÓ:0.6g Kapormártás (1;7;) EN:140.3kcal ZS:8.4g TZS:3.2g SZH:13.6g CK:7.4g FH:1.5g SÓ:1.3g Burgonya féladag (12;) EN:94.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:18.4g CK:0.0g FH:2.5g SÓ:1.3g	Brokkoli krémleves (1;7;) EN:143.3kcal ZS:10.7g TZS:5.0g SZH:8.3g CK:1.3g FH:3.1g SÓ:0.3g 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:197.6kcal ZS:13.6g TZS:1.4g SZH:11.4g CK:0.4g FH:6.6g SÓ:0.3g Zöldséges rizs EN:364.6kcal ZS:14.2g TZS:1.6g SZH:52.8g CK:1.1g FH:6.7g SÓ:0.5g Görögdinnye EN:29.0kcal SZH:6.5g CK:1.9g FH:0.5g	Zöldségleves vajgaluskával (1;3;7;12;) EN:153.6kcal ZS:7.3g TZS:2.0g SZH:18.4g CK:0.7g FH:3.4g SÓ:0.8g Babfőzelék (1;7;) EN:252.8kcal ZS:5.8g TZS:2.1g SZH:32.9g CK:3.4g FH:12.5g SÓ:1.2g Sült debreceni EN:197.2kcal ZS:19.0g TZS:5.7g SZH:0.1g CK:0.1g FH:7.1g SÓ:1.1g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:72.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.3g CK:0.0g FH:2.6g SÓ:0.4g	Erdei gyümölcskrémleves (1;7;) EN:412.4kcal ZS:8.4g TZS:2.9g SZH:82.2g CK:58.6g FH:5.0g SÓ:0.5g Budapest ragu (1;) EN:181.8kcal ZS:10.8g TZS:2.6g SZH:4.4g CK:0.0g FH:15.6g SÓ:1.1g Főtt burgonya (12;) EN:178.7kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:35.0g CK:0.0g FH:4.8g SÓ:0.5g Cékla saláta- sajtát EN:78.5kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:18.5g CK:14.6g FH:1.1g SÓ:0.9g
Uzsonna	Lenmagos vajkrém (7;) EN:66.2kcal ZS:5.2g TZS:1.7g SZH:0.4g CK:0.1g FH:2.6g 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:2.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.3g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g	Tojáskrém (3;7;10;) EN:49.7kcal ZS:4.7g TZS:2.0g SZH:0.2g CK:0.2g FH:1.6g SÓ:0.2g 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:3.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.4g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g	Túrókrém zöldhagymás (7;) EN:51.7kcal ZS:3.3g TZS:2.1g SZH:1.1g CK:1.1g FH:3.9g SÓ:22.1g 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 Kaliforniai paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.5g FH:0.3g SÓ:0.0g	Sajtkrém natúr (7;) EN:28.6kcal ZS:2.4g TZS:1.6g SZH:1.0g CK:1.0g FH:0.8g SÓ:0.3g Vizes zsemle (1;) EN:125.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:30.0g CK:0.1g FH:3.9g SÓ:0.6g Paradicsom EN:4.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.8g CK:0.5g FH:0.2g SÓ:0.0g	Túrós batyu (1;6;7;) EN:175.0kcal ZS:7.5g TZS:3.8g SZH:25.0g CK:8.0g FH:2.9g SÓ:0.1g Nektarin EN:490.0kcal ZS:3.0g TZS:0.0g SZH:114.0g CK:79.0g FH:4.0g SÓ:0.0g

	Hétfő 06.22	Kedd 06.23	Szerda 06.24	Csütörtök 06.25	Péntek 06.26
Tízórai	Főtt virsli (6;) EN:104.4kcal ZS:7.8g TZS:3.2g SZH:0.1g CK:0.1g FH:8.4g SÓ:1.3g Teljes kiőrlésű kifli (1;6;) EN:125.7kcal ZS:0.8g TZS:0.1g SZH:25.5g CK:0.6g FH:4.8g SÓ:0.6g Ketchup EN:13.8kcal SZH:3.3g CK:2.4g FH:0.1g SÓ:0.4g	Citromos tea (12;) EN:25.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.2g CK:6.1g FH:0.0g SÓ:0.0g Kenőmájás (6;7;) EN:67.0kcal ZS:6.0g SZH:0.7g FH:2.5g SÓ:0.6g 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:2.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.3g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g	Tejeskávé (1;7;) EN:159.5kcal ZS:1.5g TZS:1.0g SZH:30.9g CK:29.6g FH:3.1g SÓ:0.0g Baromfi párizsi EN:50.8kcal ZS:4.3g TZS:1.5g SZH:0.4g CK:0.1g FH:2.8g SÓ:0.5g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Fehér kenyér (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g	Tej (7;) EN:50.0kcal ZS:1.5g TZS:1.0g SZH:4.6g CK:4.6g FH:2.9g SÓ:0.0g Lekváros bukta (1;3;6;7;) EN:153.6kcal ZS:3.6g TZS:1.5g SZH:28.0g CK:7.5g FH:3.7g SÓ:0.2g	Tej (7;) EN:50.0kcal ZS:1.5g TZS:1.0g SZH:4.6g CK:4.6g FH:2.9g SÓ:0.0g Zöldfűszeres vajkrém (7;) EN:69.7kcal ZS:7.0g TZS:4.5g SZH:1.2g CK:0.5g FH:0.5g SÓ:0.2g 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:2.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.3g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g
Ebéd	Magyaros burgonyaleves (1;9;12;) EN:131.4kcal ZS:5.0g TZS:0.5g SZH:17.7g CK:0.0g FH:2.3g SÓ:0.5g Édes-savanyú csirkemell (1;6;10;) EN:129.7kcal ZS:4.7g TZS:0.8g SZH:10.6g CK:5.8g FH:10.3g SÓ:1.3g Bulgur (1;) EN:278.3kcal ZS:8.9g TZS:2.2g SZH:40.3g CK:1.3g FH:7.3g SÓ:0.8g	Kelkáposztaleves virslivel (1;6;7;12;) EN:295.1kcal ZS:19.7g TZS:6.4g SZH:17.8g CK:0.9g FH:9.9g SÓ:1.4g Durumtésztá (1;) EN:440.3kcal ZS:14.9g TZS:1.9g SZH:64.8g CK:3.1g FH:11.0g SÓ:1.0g Dejós szórat (1;) EN:165.3kcal ZS:6.3g TZS:0.5g SZH:20.8g CK:13.4g FH:5.5g SÓ:0.0g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:72.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.3g CK:0.0g FH:2.6g SÓ:0.4g Alma EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Daragaluskaleves (1;3;9;12;) EN:124.9kcal ZS:4.7g TZS:0.7g SZH:17.1g CK:0.0g FH:3.3g SÓ:1.5g Vagdalt pogácsa - sertés (1;3;6;8;11;12;) EN:284.2kcal ZS:27.3g TZS:4.9g SZH:1.1g CK:0.0g FH:8.3g SÓ:0.7g Tökfőzelék-kapros-cukkínis (1;7;) EN:130.4kcal ZS:5.0g TZS:1.7g SZH:18.0g CK:4.3g FH:2.9g SÓ:0.8g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:72.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.3g CK:0.0g FH:2.6g SÓ:0.4g	Paradicsomleves (1;9;) EN:232.7kcal ZS:6.9g TZS:0.8g SZH:38.8g CK:21.2g FH:3.2g SÓ:0.5g Zöldséges pulykarakottás rizszel (1;7;12;) EN:548.9kcal ZS:34.6g TZS:10.2g SZH:41.2g CK:2.2g FH:16.1g SÓ:2.0g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:72.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.3g CK:0.0g FH:2.6g SÓ:0.4g	Karfiol krémleves magvakkal (1;7;) EN:146.5kcal ZS:10.6g TZS:3.2g SZH:7.6g CK:0.8g FH:4.9g SÓ:0.8g Rántott borda (1;3;) EN:382.6kcal ZS:25.7g TZS:4.1g SZH:22.4g CK:0.2g FH:14.5g SÓ:1.4g Zöldséges bulgur (1;) EN:308.0kcal ZS:4.1g TZS:0.6g SZH:54.7g CK:2.7g FH:10.0g SÓ:1.5g Alma befőtt EN:41.0kcal ZS:0.1g SZH:8.5g CK:7.5g FH:0.1g
Uzsonna	Olasz felvágott EN:59.0kcal ZS:5.0g TZS:1.9g SZH:0.5g CK:0.0g FH:3.0g SÓ:0.6g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Fehér kenyér (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g	Kakaócsiga (1;3;7;) EN:214.9kcal ZS:7.1g TZS:2.2g SZH:32.0g CK:10.5g FH:4.5g SÓ:0.3g	Főtt tojás (3;) EN:19.6kcal ZS:1.4g TZS:0.4g FH:1.7g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g 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:3.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.4g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g	Lapka sajt (7;) EN:85.2kcal ZS:7.0g TZS:4.8g SZH:1.0g CK:1.0g FH:4.5g SÓ:0.7g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;) EN:153.7kcal ZS:1.0g TZS:0.1g SZH:31.2g CK:0.7g FH:5.9g SÓ:0.8g Kaliforniai paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.5g FH:0.3g SÓ:0.0g	Körözött tehéntúróból zöldhagymával (7;) EN:72.0kcal ZS:4.4g TZS:2.8g SZH:1.5g CK:1.1g FH:4.3g SÓ:0.1g Kifli (1;7;) EN:115.6kcal ZS:0.9g TZS:0.4g SZH:22.9g CK:1.1g FH:3.5g SÓ:0.4g

	Hétfő 06.29	Kedd 06.30	Szerda 07.01	Csütörtök 07.02	Péntek 07.03
Tízórai	Tej (7;) EN:92.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.6g CK:9.6g FH:6.4g SÓ:0.2g Gépsonka EN:29.3kcal ZS:1.1g TZS:0.5g SZH:0.8g CK:0.1g FH:4.0g SÓ:0.6g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g 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	Kakaó (7;) EN:88.5kcal ZS:2.0g TZS:1.3g SZH:11.1g CK:10.7g FH:4.0g SÓ:0.1g Foszlós kalács (1;3;6;7;) EN:148.8kcal ZS:3.7g TZS:1.5g SZH:26.0g CK:4.2g FH:4.2g SÓ:0.3g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Gyümölcsös tea (12;) EN:25.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.2g CK:6.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Főtt virsli (6;) EN:104.4kcal ZS:7.8g TZS:3.2g SZH:0.1g CK:0.1g FH:8.4g SÓ:1.3g Ketchup EN:13.8kcal SZH:3.3g CK:2.4g FH:0.1g SÓ:0.4g Teljes kiőrlésű kifli (1;6;) EN:125.7kcal ZS:0.8g TZS:0.1g SZH:25.5g CK:0.6g FH:4.8g SÓ:0.6g	Gyümölcs joghurt (7;) EN:77.5kcal ZS:2.0g TZS:1.3g SZH:10.5g CK:10.3g FH:4.3g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű kifli (1;6;) EN:125.7kcal ZS:0.8g TZS:0.1g SZH:25.5g CK:0.6g FH:4.8g SÓ:0.6g	Tej (7;) EN:92.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.6g CK:9.6g FH:6.4g SÓ:0.2g Kockasajt 2 db (7;) EN:72.5kcal ZS:5.6g TZS:3.5g SZH:1.6g CK:1.4g FH:3.9g SÓ:0.3g Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;) EN:153.7kcal ZS:1.0g TZS:0.1g SZH:31.2g CK:0.7g FH:5.9g SÓ:0.8g Paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g
Ebéd	Babgulyás sertéshúsból (9;) EN:239.7kcal ZS:11.4g TZS:3.0g SZH:17.5g CK:1.0g FH:14.1g SÓ:1.2g Túrós derelye (1;3;7;) EN:604.4kcal ZS:12.1g TZS:2.3g SZH:109.5g CK:31.8g FH:17.1g SÓ:3.3g Porcukor EN:41.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:72.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.3g CK:0.0g FH:2.6g SÓ:0.4g Alma EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Zöldborsóleves (1;) EN:82.7kcal ZS:1.7g TZS:0.2g SZH:12.8g CK:0.2g FH:3.9g SÓ:0.5g Durumtészta levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.3g Sertéshúsos-halás tészta (1;4;) EN:586.5kcal ZS:24.4g TZS:4.8g SZH:59.1g CK:6.5g FH:24.1g SÓ:2.9g Sajtszórát (7;) EN:52.0kcal ZS:4.0g TZS:2.5g SZH:0.3g CK:0.3g FH:3.9g SÓ:0.2g Sárgadinnye	Fahéjas almaleves (1;7;) EN:203.7kcal ZS:2.2g TZS:1.4g SZH:41.8g CK:21.6g FH:2.4g SÓ:0.0g Csirkepörkölt (1;) EN:168.3kcal ZS:10.1g TZS:1.6g SZH:5.4g CK:0.1g FH:13.3g SÓ:0.9g Petrezselymes burgonya (7;12;) EN:177.6kcal ZS:3.6g TZS:0.9g SZH:29.0g CK:0.0g FH:3.9g SÓ:1.5g Káposztasaláta (10;) EN:14.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.7g CK:1.0g FH:1.3g SÓ:0.5g	Erőleves (1;9;) EN:96.1kcal ZS:2.2g TZS:0.6g SZH:13.6g CK:2.8g FH:4.8g SÓ:1.1g Durumtészta levesbetét (1;) EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.3g Eszterházy sertésragu (1;7;10;) EN:181.6kcal ZS:8.5g TZS:2.9g SZH:11.3g CK:5.4g FH:13.6g SÓ:0.9g Bulgur (1;) EN:278.3kcal ZS:8.9g TZS:2.2g SZH:40.3g CK:1.3g FH:7.3g SÓ:0.8g	Tejfőlés karfiolleves (1;7;) EN:243.9kcal ZS:16.9g TZS:8.5g SZH:17.1g CK:1.5g FH:4.9g SÓ:2.3g Pincepörkölt - csirke (12;) EN:627.3kcal ZS:47.0g TZS:16.4g SZH:27.5g CK:0.1g FH:20.3g SÓ:2.3g Csemege uborka (10;) EN:6.5kcal ZS:0.1g SZH:1.2g CK:0.9g FH:0.3g SÓ:0.8g Fehér kenyér -1/2 adag (1;) EN:72.0kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.3g CK:0.0g FH:2.6g SÓ:0.4g Túró Rudi (6;7;) EN:105.6kcal ZS:5.1g TZS:4.2g SZH:11.7g CK:10.8g FH:3.0g SÓ:0.0g
Uzsonna	Sajtkrém tökmagos (7;) EN:113.3kcal ZS:11.1g TZS:5.6g SZH:0.5g CK:0.2g FH:3.3g SÓ:0.2g Fehér kenyér (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g 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	Petrezselymes tojáskrém (3;7;10;) EN:47.9kcal ZS:3.9g TZS:1.2g SZH:1.2g CK:0.5g FH:1.7g SÓ:0.3g 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:2.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.3g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g	Túrókrém barackos (7;) EN:56.2kcal ZS:2.7g TZS:1.7g SZH:4.2g CK:4.1g FH:3.3g SÓ:0.0g Fehér kenyér (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g	Magyaros vajkrém (7;) EN:23.9kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:5.0g CK:0.1g FH:0.1g SÓ:0.0g Fehér kenyér (1;) EN:120.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.3g SÓ:0.6g Paradicsom EN:4.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.8g CK:0.5g FH:0.2g SÓ:0.0g	Margarinos pogácsa (1;6;7;) EN:216.3kcal ZS:13.1g TZS:1.2g SZH:27.9g CK:3.3g FH:4.6g SÓ:0.6g Nektarin EN:490.0kcal ZS:3.0g TZS:0.0g SZH:114.0g CK:79.0g FH:4.0g 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(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-Szézammag; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítésszert tartalmaz.