

	Hétfő 03.30	Kedd 03.31	Szerda 04.01	Csütörtök 04.02	Péntek 04.03	Szombat 04.04	Vasárnap 04.05
Reggeli	Tejeskávé (1;7;) EN:177.5kcal ZS:4.5g TZS:3.0g SZH:24.1g CK:22.5g FH:10.1g SÓ:0.3g Dejós búrkifli (1;7;) EN:319.0kcal ZS:7.1g TZS:1.6g SZH:54.0g CK:8.7g FH:9.8g SÓ:0.6g	Gyümölcs tea (12;) EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Házi csirkemájkrém (7;) EN:66.0kcal ZS:4.6g TZS:2.8g SZH:2.0g CK:1.6g FH:4.0g SÓ:2.0g Kukoricás kenyér (1;) EN:274.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:57.0g CK:1.1g FH:7.8g SÓ:1.4g Kígyóuborka EN:7.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.0g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	Tej (7;) EN:132.0kcal ZS:4.5g TZS:3.0g SZH:14.1g FH:8.7g SÓ:0.3g Áfonya extradzsem EN:63.5kcal SZH:15.0g CK:13.0g Margarin (7;) EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g Fehér kenyér (1;) EN:240.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:47.8g CK:0.2g FH:8.6g SÓ:1.3g	Citromos tea EN:28.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Tepertőkrém (7;) EN:198.1kcal ZS:20.5g TZS:5.0g SZH:0.1g CK:0.0g FH:1.8g SÓ:0.1g Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g Lilahagyma EN:16.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:3.3g CK:0.0g FH:0.5g SÓ:0.0g	Gyümölcs tea (12;) EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Körözött (7;) EN:70.4kcal ZS:4.8g TZS:3.1g SZH:2.0g CK:1.0g FH:4.8g SÓ:0.4g Burgonyás kenyér (1;) EN:259.0kcal ZS:0.7g TZS:0.4g SZH:54.0g CK:0.3g FH:7.7g SÓ:1.5g Kápia paprika EN:12.0kcal ZS:0.0g SZH:1.9g CK:1.0g FH:0.6g	Gyümölcs tea (12;) EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Füstölt-főtt tarja EN:182.7kcal ZS:14.0g TZS:5.6g SZH:0.8g CK:0.4g FH:13.4g SÓ:2.7g Margarin (7;) EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g Fehér kenyér (1;) EN:240.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:47.8g CK:0.2g FH:8.6g SÓ:1.3g Paradicsom EN:13.8kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	Gyümölcs tea (12;) EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Álomsonka EN:49.4kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:1.8g CK:0.3g FH:8.4g SÓ:1.3g Margarin (7;) EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g Kukoricás kenyér (1;) EN:274.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:57.0g CK:1.1g FH:7.8g SÓ:1.4g Kígyóuborka EN:7.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.0g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g
Tízórai	Csokipuding (1;7;) EN:1.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.3g CK:0.3g FH:0.0g SÓ:0.0g	Sós pereg (1;3;7;) EN:393.0kcal ZS:10.6g SZH:60.6g FH:11.3g SÓ:1.4g	Sajtos croissant (1;3;7;) EN:361.0kcal ZS:18.1g TZS:10.0g SZH:41.4g CK:5.1g FH:7.2g SÓ:0.6g	Piskóta rolád (1;3;7;) EN:191.7kcal ZS:8.6g TZS:5.4g SZH:26.1g CK:17.1g FH:2.3g SÓ:0.3g	Banán EN:210.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:48.4g CK:30.0g FH:2.6g SÓ:0.0g	Gyümölcs saláta EN:86.1kcal ZS:0.4g SZH:19.5g CK:19.3g FH:1.3g SÓ:0.0g	Tejes szelet (1;3;6;7;) EN:92.2kcal ZS:4.6g TZS:4.2g SZH:14.2g CK:8.1g FH:1.8g SÓ:0.0g
Ebéd	Zöldborsó püréleves EN:152.1kcal ZS:3.7g TZS:0.5g SZH:17.3g CK:1.4g FH:9.1g SÓ:1.4g Panírozott csirkemell cornflakes bundában (1;) EN:339.8kcal ZS:22.1g TZS:2.7g SZH:22.2g CK:0.9g FH:12.6g SÓ:1.4g Zöldséges rizs EN:399.2kcal ZS:7.7g TZS:0.9g SZH:73.8g CK:0.0g FH:9.6g SÓ:1.5g Alma EN:59.5kcal ZS:0.7g TZS:0.0g SZH:11.9g CK:6.8g FH:0.7g SÓ:0.0g	Tarhonyaleves (1;9;12;) EN:233.1kcal ZS:9.6g TZS:3.0g SZH:27.8g CK:3.6g FH:5.9g SÓ:1.2g Sertéspörkölt (1;) EN:206.2kcal ZS:11.1g TZS:2.3g SZH:6.7g CK:0.2g FH:18.4g SÓ:1.7g Tökfőzelék (1;7;) EN:284.0kcal ZS:15.0g TZS:4.1g SZH:30.2g CK:2.4g FH:6.3g SÓ:1.7g	Karfiolleves (1;7;) EN:202.9kcal ZS:12.0g TZS:2.5g SZH:17.6g CK:2.2g FH:5.1g SÓ:2.0g Panírozott csirkemell (1;) EN:282.3kcal ZS:11.9g TZS:1.4g SZH:26.4g CK:1.1g FH:17.2g SÓ:2.1g Petrezselymes burgonya (7;12;) EN:290.3kcal ZS:2.4g TZS:0.8g SZH:53.6g CK:0.0g FH:7.4g SÓ:1.5g Csiki mártás (3;7;10;) EN:79.6kcal ZS:4.3g TZS:1.8g SZH:9.2g CK:7.6g FH:1.3g SÓ:0.2g	Tárkonyos zöldségleves (1;9;) EN:155.6kcal ZS:7.8g TZS:0.8g SZH:17.3g CK:4.8g FH:3.6g SÓ:1.7g Főtt tojás (3;) EN:146.7kcal ZS:8.8g TZS:2.7g SZH:0.6g CK:0.4g FH:9.9g SÓ:0.3g Parajfőzelék (1;7;) EN:241.8kcal ZS:12.5g TZS:5.8g SZH:24.7g CK:9.6g FH:7.4g SÓ:1.1g Banán EN:210.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:48.4g CK:30.0g FH:2.6g SÓ:0.0g	Kertészleves (1;) EN:80.3kcal ZS:4.0g TZS:0.5g SZH:8.7g CK:1.8g FH:2.3g SÓ:3.0g Halpaprikás (4;7;) EN:185.5kcal ZS:8.6g TZS:2.7g SZH:4.8g CK:0.7g FH:10.9g SÓ:1.7g Túrós csusza (1;7;) EN:587.3kcal ZS:18.9g TZS:7.3g SZH:81.3g CK:5.9g FH:20.4g SÓ:2.4g	Sütőtök krémleves (1;) EN:158.5kcal ZS:1.4g TZS:0.1g SZH:33.3g CK:20.4g FH:2.0g SÓ:1.2g 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 Cigánypecsenye EN:412.5kcal ZS:33.5g TZS:11.4g SZH:3.0g CK:0.0g FH:24.9g SÓ:2.3g Rizi-bizi EN:385.4kcal ZS:7.8g TZS:0.9g SZH:67.6g CK:0.0g FH:10.8g SÓ:1.5g	Húsleves (9;) EN:76.3kcal ZS:1.6g TZS:0.5g SZH:8.1g CK:2.8g FH:6.7g SÓ:1.0g Levesbetét tészta (1;) EN:153.1kcal ZS:9.4g TZS:1.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.4g Dubarry sertésszelet (1;7;) EN:421.0kcal ZS:27.8g TZS:12.0g SZH:9.2g CK:3.6g FH:31.4g SÓ:2.1g Burgonyapüré (7;12;) EN:271.9kcal ZS:6.2g TZS:3.0g SZH:41.9g CK:5.0g FH:8.3g SÓ:1.6g
Ebéd B	Paradicsomleves (1;6;) EN:230.7kcal ZS:5.1g TZS:0.6g SZH:41.7g CK:23.5g FH:3.4g SÓ:1.1g Brokkolis sertésragu (7;) EN:278.4kcal ZS:18.5g TZS:5.5g SZH:11.9g CK:3.9g FH:19.7g SÓ:0.2g	Zöldségraguleves (9;) EN:34.3kcal ZS:1.2g TZS:0.1g SZH:4.7g CK:2.1g FH:0.9g SÓ:1.0g Zabpelyhes halpogácsa (1;3;4;6;7;10;) EN:273.0kcal ZS:12.6g TZS:1.7g SZH:19.0g CK:0.4g FH:20.2g SÓ:2.6g	Cukkíni krémleves (1;7;12;) EN:149.7kcal ZS:6.6g TZS:1.2g SZH:17.7g CK:0.9g FH:4.0g SÓ:1.4g 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	Citromos almaleves (1;7;) EN:231.3kcal ZS:8.5g TZS:2.5g SZH:40.9g CK:29.4g FH:2.9g SÓ:0.1g Sült debreceni EN:238.0kcal ZS:23.5g TZS:9.6g SZH:0.2g CK:0.2g FH:17.8g SÓ:2.2g	Kertészleves (1;) EN:80.3kcal ZS:4.0g TZS:0.5g SZH:8.7g CK:1.8g FH:2.3g SÓ:3.0g Stíriai metélt (1;3;7;) EN:737.3kcal ZS:28.5g TZS:15.8g SZH:79.1g CK:39.3g FH:39.1g SÓ:3.2g	Sütőtök krémleves (1;) EN:158.5kcal ZS:1.4g TZS:0.1g SZH:33.3g CK:20.4g FH:2.0g SÓ:1.2g 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	Húsleves (9;) EN:76.3kcal ZS:1.6g TZS:0.5g SZH:8.1g CK:2.8g FH:6.7g SÓ:1.0g Levesbetét tészta (1;) EN:153.1kcal ZS:9.4g TZS:1.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.4g

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



	Hétfő 03.30	Kedd 03.31	Szerda 04.01	Csütörtök 04.02	Péntek 04.03	Szombat 04.04	Vasárnap 04.05
Ebéd B	Főtt tészta (1;) EN:345.5kcal ZS:8.6g TZS:1.0g SZH:57.4g CK:2.8g FH:10.0g SÓ:1.4g Alma EN:59.5kcal ZS:0.7g TZS:0.0g SZH:11.9g CK:6.8g FH:0.7g SÓ:0.0g	Gombás rizs EN:542.8kcal ZS:10.6g TZS:1.2g SZH:97.9g CK:0.0g FH:15.0g SÓ:1.0g	Bolognai spagetti sertés (1;) EN:527.9kcal ZS:19.4g TZS:3.3g SZH:60.6g CK:6.6g FH:26.6g SÓ:1.5g Reszelt sajt (7;) EN:69.4kcal ZS:5.4g TZS:3.4g SZH:0.4g CK:0.4g FH:5.2g SÓ:0.3g	Burgonyapüré (7;12;) EN:271.9kcal ZS:6.2g TZS:3.0g SZH:41.9g CK:5.0g FH:8.3g SÓ:1.6g Csemege uborka * (10;12;) EN:8.8kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.3g FH:0.6g SÓ:1.4g Banán EN:210.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:48.4g CK:30.0g FH:2.6g SÓ:0.0g		Rántott csirkemáj (1;3;) EN:547.6kcal ZS:33.2g TZS:5.3g SZH:31.9g CK:0.3g FH:28.2g SÓ:2.3g Petrezselymes burgonya (7;12;) EN:290.3kcal ZS:2.4g TZS:0.8g SZH:53.6g CK:0.0g FH:7.4g SÓ:1.5g Cékla * (10;) EN:32.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:8.0g CK:3.8g FH:1.4g SÓ:0.8g	Búbos sertésszelet (1;3;7;) EN:93.6kcal ZS:5.4g TZS:2.1g SZH:8.2g CK:0.6g FH:3.2g SÓ:1.6g Rizi-bizi EN:385.4kcal ZS:7.8g TZS:0.9g SZH:67.6g CK:0.0g FH:10.8g SÓ:1.5g
Uzsonna	Babapiskóta (1;3;) EN:69.4kcal ZS:0.7g SZH:14.1g CK:6.4g FH:1.6g	Körte EN:52.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:12.0g CK:1.5g FH:0.4g SÓ:0.0g	Lurkó keksz (1;6;) EN:23150.0kcal ZS:880.0g TZS:405.0g SZH:3335.0g CK:875.0g FH:370.0g SÓ:26.0g	Meggy befőtt EN:41.6kcal ZS:0.2g SZH:12.7g CK:12.0g FH:0.4g	Kakaós nápolyi (1;7;) EN:93.2kcal ZS:5.4g TZS:2.1g SZH:10.2g CK:4.4g FH:1.0g SÓ:0.0g	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	Banán EN:210.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:48.4g CK:30.0g FH:2.6g SÓ:0.0g
Vacsora	Túrós Palacsinta (1;3;7;) EN:8.2kcal ZS:0.4g TZS:0.3g SZH:0.5g CK:0.5g FH:0.7g SÓ:0.0g Vanília öntet (1;7;) EN:96.8kcal ZS:2.3g TZS:1.5g SZH:13.8g CK:8.5g FH:5.4g SÓ:0.2g	Edami sajt (7;) EN:158.0kcal ZS:11.8g TZS:8.0g SZH:1.0g CK:1.0g FH:13.0g SÓ:0.4g Margarin (7;) EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g Vizes zsemle (1;) EN:250.0kcal ZS:0.8g TZS:0.4g SZH:60.0g CK:0.2g FH:7.8g SÓ:1.1g	Gofri (1;3;5;7;8;) EN:330.6kcal ZS:21.5g TZS:5.3g SZH:30.0g CK:15.6g FH:5.0g SÓ:0.4g Vegyes gyümölcsmártás (1;7;) EN:175.9kcal ZS:0.6g TZS:0.3g SZH:39.2g CK:28.3g FH:2.2g SÓ:0.8g	Burgonyás pogácsa (1;3;7;) EN:207.2kcal ZS:11.0g TZS:3.2g SZH:25.8g CK:0.7g FH:4.2g SÓ:1.2g	Majonézes tojássaláta (3;7;10;) EN:294.0kcal ZS:22.8g TZS:4.6g SZH:16.7g CK:12.7g FH:2.7g SÓ:1.0g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Kenőmájás EN:87.6kcal ZS:7.4g TZS:3.3g SZH:1.7g CK:0.5g FH:3.6g SÓ:0.9g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:53.0g CK:0.4g FH:6.8g SÓ:1.6g Lilahagyma EN:16.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:3.3g CK:0.0g FH:0.5g SÓ:0.0g	Trappista sajt (7;) EN:168.5kcal ZS:13.0g TZS:8.1g SZH:0.1g CK:0.1g FH:12.8g SÓ:0.8g Margarin (7;) EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:53.0g CK:0.4g FH:6.8g SÓ:1.6g