

	Hétfő 04.13	Kedd 04.14	Szerda 04.15	Csütörtök 04.16	Péntek 04.17	Szombat 04.18	Vasárnap 04.19
Reggeli	Erdei gyümölcs tea EN: 36.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 9.0 g; CK: 9.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Tojásfehérje rántotta (3;) EN: 106.7 kcal; ZS: 1.9 g; TZS: 0.2 g; SZH: 2.3 g; CK: 1.1 g; FH: 15.2 g; SÓ: 1.6 g; CA: 0.0 mg; félbarna kenyér (1;) EN: 248.0 kcal; ZS: 0.9 g; TZS: 0.3 g; SZH: 51.9 g; CK: 0.2 g; FH: 6.8 g; SÓ: 1.1 g; Kígyóuborka EN: 4.8 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.7 g; CK: 0.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	Kakaós rizsital EN: 227.2 kcal; ZS: 4.1 g; TZS: 0.7 g; SZH: 46.1 g; CK: 21.4 g; FH: 1.4 g; SÓ: 0.3 g; CA: 0.0 mg; Házi sertés húskrém EN: 172.7 kcal; ZS: 15.5 g; TZS: 6.5 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.0 g; FH: 8.2 g; SÓ: 0.1 g; CA: 0.0 mg; Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 333.0 kcal; ZS: 1.8 g; TZS: 0.4 g; SZH: 65.0 g; CK: 0.0 g; FH: 12.0 g; SÓ: 1.7 g;	Rizs ital EN: 195.0 kcal; ZS: 3.9 g; TZS: 0.6 g; SZH: 39.0 g; CK: 14.4 g; FH: 1.2 g; SÓ: 0.2 g; CA: 0.0 mg; magyaros tofukrém (6;) EN: 55.2 kcal; ZS: 3.2 g; TZS: 0.6 g; SZH: 0.3 g; CK: 0.2 g; FH: 6.0 g; SÓ: 0.4 g; CA: 0.0 mg; Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 333.0 kcal; ZS: 1.8 g; TZS: 0.4 g; SZH: 65.0 g; CK: 0.0 g; FH: 12.0 g; SÓ: 1.7 g; Hónapos retek EN: 7.5 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 1.1 g; CK: 0.0 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	Citromos tea EN: 36.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 9.0 g; CK: 9.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Tonhalkrém (4;10;) EN: 232.6 kcal; ZS: 22.4 g; TZS: 6.3 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.1 g; FH: 7.6 g; SÓ: 0.5 g; CA: 0.0 mg; Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 333.0 kcal; ZS: 1.8 g; TZS: 0.4 g; SZH: 65.0 g; CK: 0.0 g; FH: 12.0 g; SÓ: 1.7 g; Kígyóuborka EN: 4.8 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.7 g; CK: 0.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	Rizs ital EN: 195.0 kcal; ZS: 3.9 g; TZS: 0.6 g; SZH: 39.0 g; CK: 14.4 g; FH: 1.2 g; SÓ: 0.2 g; CA: 0.0 mg; Sertés párizsi EN: 115.0 kcal; ZS: 10.0 g; TZS: 4.0 g; SZH: 1.3 g; CK: 0.1 g; FH: 5.0 g; SÓ: 1.0 g; Margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 333.0 kcal; ZS: 1.8 g; TZS: 0.4 g; SZH: 65.0 g; CK: 0.0 g; FH: 12.0 g; SÓ: 1.7 g; Hónapos retek EN: 7.5 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 1.1 g; CK: 0.0 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	Erdei gyümölcs tea EN: 36.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 9.0 g; CK: 9.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Zala felvágott EN: 120.0 kcal; ZS: 10.0 g; TZS: 4.0 g; SZH: 1.1 g; CK: 0.3 g; FH: 6.5 g; SÓ: 1.1 g; CA: 0.0 mg; Margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 333.0 kcal; ZS: 1.8 g; TZS: 0.4 g; SZH: 65.0 g; CK: 0.0 g; FH: 12.0 g; SÓ: 1.7 g;	Erdei gyümölcs tea EN: 36.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 9.0 g; CK: 9.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Csirkemell sonka EN: 45.0 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 2.5 g; CK: 0.3 g; FH: 8.0 g; SÓ: 1.4 g; Margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 333.0 kcal; ZS: 1.8 g; TZS: 0.4 g; SZH: 65.0 g; CK: 0.0 g; FH: 12.0 g; SÓ: 1.7 g;
Tízórai	Életerő saláta EN: 96.6 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 21.5 g; CK: 13.7 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	Vaníliás chiapuding EN: 262.5 kcal; ZS: 11.7 g; TZS: 1.5 g; SZH: 27.8 g; CK: 11.6 g; FH: 7.1 g; SÓ: 0.1 g; CA: 0.0 mg;	Alma kompót EN: 48.4 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 11.3 g; CK: 8.6 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Kölesgolyó EN: 150.0 kcal; ZS: 0.9 g; TZS: 0.2 g; SZH: 30.0 g; CK: 0.6 g; FH: 4.7 g; SÓ: 0.0 g;	körte EN: 52.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 12.0 g; CK: 1.5 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g; Korpovit 3 db (1;12;) EN: 64.8 kcal; ZS: 1.9 g; TZS: 0.8 g; SZH: 10.0 g; CK: 0.6 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.2 g; CA: 0.0 mg;	Gyümölcs saláta EN: 86.6 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 19.7 g; CK: 8.1 g; FH: 0.8 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	Narancs EN: 61.5 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 12.8 g; CK: 9.8 g; FH: 0.9 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Puffasztott rizs EN: 75.4 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 15.7 g; CK: 0.2 g; FH: 1.6 g; SÓ: 0.0 g;	Tricolor saláta (alma-répa-cékla) * EN: 106.3 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.0 g; SZH: 22.1 g; CK: 8.4 g; FH: 2.4 g; SÓ: 0.1 g; CA: 0.0 mg; Korpovit 3 db (1;12;) EN: 64.8 kcal; ZS: 1.9 g; TZS: 0.8 g; SZH: 10.0 g; CK: 0.6 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.2 g; CA: 0.0 mg;
Ebéd	Sertés raguleves (1;9;) EN: 174.6 kcal; ZS: 7.2 g; TZS: 1.6 g; SZH: 10.6 g; CK: 2.3 g; FH: 14.7 g; SÓ: 2.0 g; CA: 0.0 mg; Tejben dara TM (1;) EN: 496.1 kcal; ZS: 5.6 g; TZS: 0.9 g; SZH: 107.2 g; CK: 58.3 g; FH: 3.6 g; SÓ: 0.5 g; CA: 0.0 mg; Fahéj szórát EN: 120.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 29.5 g; CK: 29.5 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; körte EN: 52.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 12.0 g; CK: 1.5 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g;	Citromos almaleves (1;) EN: 234.7 kcal; ZS: 0.8 g; TZS: 0.1 g; SZH: 53.1 g; CK: 26.8 g; FH: 1.8 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Bácskai rizseshús EN: 486.1 kcal; ZS: 14.9 g; TZS: 2.7 g; SZH: 62.8 g; CK: 0.0 g; FH: 24.6 g; SÓ: 1.7 g; CA: 0.0 mg; Cékla saláta * (10;) EN: 32.0 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 8.0 g; CK: 3.8 g; FH: 1.4 g; SÓ: 0.8 g; CA: 0.0 mg;	Zellerkrémleves (1;9;) EN: 111.0 kcal; ZS: 3.3 g; TZS: 0.4 g; SZH: 18.0 g; CK: 2.0 g; FH: 2.4 g; SÓ: 0.6 g; CA: 0.0 mg; Pírtott kenyérkocka (1;) EN: 39.3 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.7 g; CK: 0.1 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.3 g; Parajos-csirkés tészta (1;) EN: 596.8 kcal; ZS: 9.5 g; TZS: 2.3 g; SZH: 96.0 g; CK: 7.2 g; FH: 30.2 g; SÓ: 1.4 g; CA: 0.0 mg; Alma EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.0 g; CK: 4.0 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	Búzakorpás galuska leves (1;3;9;) EN: 202.9 kcal; ZS: 9.4 g; TZS: 1.4 g; SZH: 20.2 g; CK: 1.2 g; FH: 9.7 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Fasírt golyó (1;3;) EN: 273.2 kcal; ZS: 15.6 g; TZS: 4.8 g; SZH: 18.1 g; CK: 0.1 g; FH: 14.7 g; SÓ: 1.0 g; CA: 0.0 mg; Tökfőzelék (1;) EN: 172.2 kcal; ZS: 3.3 g; TZS: 0.4 g; SZH: 30.8 g; CK: 3.5 g; FH: 4.4 g; SÓ: 1.6 g; CA: 0.0 mg; Kókuszgolyó (1;12;) EN: 200.5 kcal; ZS: 6.8 g; TZS: 4.4 g; SZH: 29.4 g; CK: 16.3 g; FH: 3.2 g; SÓ: 0.2 g; CA: 0.0 mg;	Vegyes gyümölcsleves (1;) EN: 238.0 kcal; ZS: 4.7 g; TZS: 0.2 g; SZH: 54.0 g; CK: 38.6 g; FH: 2.2 g; SÓ: 0.7 g; CA: 0.0 mg; Paprikás burgonya virslivel (12;) EN: 480.6 kcal; ZS: 25.1 g; TZS: 8.6 g; SZH: 41.6 g; CK: 0.5 g; FH: 17.1 g; SÓ: 2.8 g; CA: 0.0 mg; Cékla saláta * (10;) EN: 32.0 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 8.0 g; CK: 3.8 g; FH: 1.4 g; SÓ: 0.8 g; CA: 0.0 mg;	Paszternákleves (1;) EN: 182.2 kcal; ZS: 3.1 g; TZS: 0.5 g; SZH: 32.6 g; CK: 10.8 g; FH: 5.5 g; SÓ: 1.8 g; CA: 0.0 mg; Tavaszi töltött csirkecomb (1;3;9;) EN: 453.0 kcal; ZS: 14.1 g; TZS: 11.4 g; SZH: 22.0 g; CK: 2.6 g; FH: 56.8 g; SÓ: 2.0 g; CA: 0.0 mg; Petrezselymes burgonya 1/2 (12;) EN: 248.9 kcal; ZS: 2.1 g; TZS: 0.2 g; SZH: 46.0 g; CK: 0.0 g; FH: 6.3 g; SÓ: 0.7 g; CA: 0.0 mg; Párolt zöldségekötlet 1/2 EN: 76.8 kcal; ZS: 3.4 g; TZS: 0.4 g; SZH: 6.8 g; CK: 3.4 g; FH: 3.2 g; SÓ: 1.0 g; CA: 0.0 mg;	Pulyka raguleves (1;9;) EN: 128.5 kcal; ZS: 2.4 g; TZS: 0.8 g; SZH: 11.2 g; CK: 0.1 g; FH: 15.0 g; SÓ: 1.8 g; CA: 0.0 mg; Almás-zabos rizsfelfújt * (1;3;) EN: 308.6 kcal; ZS: 7.7 g; TZS: 1.4 g; SZH: 53.8 g; CK: 10.9 g; FH: 5.9 g; SÓ: 1.2 g; CA: 0.0 mg; Vanília öntet (1;) EN: 125.3 kcal; ZS: 2.0 g; TZS: 0.3 g; SZH: 25.8 g; CK: 8.2 g; FH: 1.1 g; SÓ: 0.1 g; CA: 0.0 mg;

Uzsonna

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-Csillagfürt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

	Hétfő 04.13	Kedd 04.14	Szerda 04.15	Csütörtök 04.16	Péntek 04.17	Szombat 04.18	Vasárnap 04.19
Uzsonna	Kapros margarin EN: 108.0 kcal; ZS: 12.0 g; TZS: 3.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.1 g; CA: 0.0 mg; Abonett EN: 51.9 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.1 g; SZH: 9.0 g; CK: 0.2 g; FH: 2.3 g; SÓ: 0.1 g;	Sütőtök sütve EN: 104.0 kcal; ZS: 0.8 g; SZH: 21.4 g; CK: 11.7 g; FH: 2.0 g; SÓ: 0.4 g;	Csokipuding EN: 121.5 kcal; ZS: 1.8 g; TZS: 0.6 g; SZH: 25.0 g; CK: 5.9 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.1 g; CA: 0.0 mg;	Almás kölespuding EN: 61.1 kcal; ZS: 0.9 g; TZS: 0.2 g; SZH: 12.2 g; CK: 3.2 g; FH: 0.9 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	Burgonyás pogácsa (1;3;7;) EN: 484.0 kcal; ZS: 11.1 g; TZS: 1.7 g; SZH: 80.0 g; CK: 0.4 g; FH: 12.6 g; SÓ: 2.5 g; CA: 0.0 mg;	Gyümölcsös zabkása rizsitalal * (1;) EN: 122.6 kcal; ZS: 2.2 g; TZS: 0.3 g; SZH: 21.2 g; CK: 2.5 g; FH: 3.5 g; SÓ: 0.8 g; CA: 0.0 mg;	Snidlinges margarin EN: 108.0 kcal; ZS: 12.0 g; TZS: 3.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.1 g; CA: 0.0 mg; Abonett EN: 51.9 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.1 g; SZH: 9.0 g; CK: 0.2 g; FH: 2.3 g; SÓ: 0.1 g;
Vacsora	Prágai pulyka sonka EN: 41.7 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.2 g; SZH: 1.7 g; CK: 0.3 g; FH: 7.5 g; SÓ: 1.3 g; Margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; vizes zsemle (1;) EN: 278.7 kcal; ZS: 1.3 g; TZS: 0.1 g; SZH: 60.0 g; CK: 1.7 g; FH: 8.7 g; SÓ: 1.1 g; CA: 0.0 mg; Paprika EN: 30.0 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.7 g; CK: 0.0 g; FH: 1.4 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	Sertéshúsos rakott burgonya (12;) EN: 381.6 kcal; ZS: 10.9 g; TZS: 2.0 g; SZH: 45.4 g; CK: 1.5 g; FH: 19.9 g; SÓ: 0.7 g; CA: 0.0 mg; Jégsaláta EN: 6.8 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.8 g; CK: 0.0 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.0 g;	Baromfi párizsi EN: 79.0 kcal; ZS: 5.9 g; TZS: 1.9 g; SZH: 1.3 g; CK: 0.3 g; FH: 5.2 g; SÓ: 1.0 g; Margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; vizes zsemle (1;) EN: 278.7 kcal; ZS: 1.3 g; TZS: 0.1 g; SZH: 60.0 g; CK: 1.7 g; FH: 8.7 g; SÓ: 1.1 g; CA: 0.0 mg; Hónapos retek EN: 7.5 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 1.1 g; CK: 0.0 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	Sült csirkemell EN: 159.6 kcal; ZS: 6.7 g; TZS: 1.4 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 23.3 g; SÓ: 1.5 g; CA: 0.0 mg; Csiki saláta EN: 94.5 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.1 g; SZH: 21.8 g; CK: 18.3 g; FH: 0.8 g; SÓ: 0.3 g; CA: 0.0 mg; Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 333.0 kcal; ZS: 1.8 g; TZS: 0.4 g; SZH: 65.0 g; CK: 0.0 g; FH: 12.0 g; SÓ: 1.7 g;	Házi csirkehúskrém EN: 90.1 kcal; ZS: 7.2 g; TZS: 2.3 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.0 g; FH: 5.9 g; SÓ: 0.2 g; CA: 0.0 mg; Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 333.0 kcal; ZS: 1.8 g; TZS: 0.4 g; SZH: 65.0 g; CK: 0.0 g; FH: 12.0 g; SÓ: 1.7 g; Paprika EN: 30.0 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.7 g; CK: 0.0 g; FH: 1.4 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	Rozmaringos sertésragu (1;) EN: 233.9 kcal; ZS: 14.5 g; TZS: 3.9 g; SZH: 3.3 g; CK: 0.0 g; FH: 21.4 g; SÓ: 0.5 g; CA: 0.0 mg; Főtt tészta (1;) EN: 415.4 kcal; ZS: 12.1 g; TZS: 1.6 g; SZH: 64.8 g; CK: 3.1 g; FH: 11.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	Tavaszi felvágott EN: 138.5 kcal; ZS: 12.0 g; TZS: 5.0 g; SZH: 1.7 g; CK: 0.3 g; FH: 6.0 g; SÓ: 1.1 g; Margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Burgonyás kenyér szeletelt (1;6;12;) EN: 284.9 kcal; ZS: 2.3 g; TZS: 0.2 g; SZH: 55.1 g; CK: 0.7 g; FH: 8.8 g; SÓ: 1.6 g; Kápia paprika EN: 12.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 1.9 g; CK: 1.0 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.0 g;