

| | Hétfő 04.27 | Kedd 04.28 | Szerda 04.29 | Csütörtök 04.30 | Péntek 05.01 | Szombat 05.02 | Vasárnap 05.03 |
|----------------|---|---|---|--|--|---|---|
| Reggeli | Erdei gyümölcs tea * EN: 0.2 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Rántotta (3;7;) EN: 199.7 kcal; ZS: 14.2 g; TZS: 4.0 g; SZH: 2.2 g; CK: 0.9 g; FH: 15.2 g; SÓ: 1.0 g; CA: 24.0 mg; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g; CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 1.3 g; CA: 0.0 mg; | Vaníliás tej * (7;) EN: 135.2 kcal; ZS: 4.5 g; TZS: 2.7 g; SZH: 13.8 g; CK: 13.9 g; FH: 9.0 g; SÓ: 0.4 g; CA: 360.0 mg; Álomonka 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; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g; CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 1.3 g; CA: 0.0 mg; | Citromos tea * EN: 0.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Kenőmájás (sertés) EN: 109.5 kcal; ZS: 9.2 g; TZS: 4.2 g; SZH: 2.1 g; CK: 0.7 g; FH: 4.5 g; SÓ: 1.1 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g; CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 1.3 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; | Tej (7;) EN: 132.0 kcal; ZS: 4.5 g; TZS: 3.0 g; SZH: 14.1 g; FH: 8.7 g; SÓ: 0.3 g; CA: 360.0 mg; Edami sajt (7;) EN: 158.0 kcal; ZS: 11.8 g; TZS: 8.0 g; SZH: 1.0 g; CK: 1.0 g; FH: 13.0 g; SÓ: 0.4 g; CA: 400.0 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; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g; CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 1.3 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; | Erdei gyümölcs tea * EN: 0.2 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Marha párizsi EN: 120.0 kcal; ZS: 10.5 g; TZS: 4.2 g; SZH: 0.9 g; CK: 0.3 g; FH: 5.5 g; SÓ: 0.9 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; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g; CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 1.3 g; CA: 0.0 mg; | Citromos tea * EN: 0.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 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; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g; CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 1.3 g; CA: 0.0 mg; | Málna tea * (12;) EN: 0.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Paprikás csemege szalámi EN: 122.3 kcal; ZS: 11.1 g; TZS: 3.9 g; SZH: 1.1 g; CK: 0.1 g; FH: 5.3 g; SÓ: 0.9 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; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g; CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 1.3 g; CA: 0.0 mg; |
| Tízórai | Meggy befőtt * EN: 32.0 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.6 g; SZH: 5.2 g; CK: 3.7 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g; 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; | Erdei gyümölcsös zabkása rizsital * (1;) EN: 125.1 kcal; ZS: 2.2 g; TZS: 0.3 g; SZH: 21.4 g; CK: 2.9 g; FH: 3.6 g; SÓ: 0.8 g; CA: 0.0 mg; | Házi gyümölcsjoghurt (7;) EN: 103.5 kcal; ZS: 5.3 g; TZS: 3.4 g; SZH: 8.4 g; CK: 8.4 g; FH: 5.2 g; SÓ: 0.1 g; CA: 180.0 mg; Zabpehely szórát (1;) EN: 74.6 kcal; ZS: 1.4 g; TZS: 0.2 g; SZH: 12.2 g; CK: 0.3 g; FH: 2.6 g; SÓ: 0.0 g; | 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; Detki cukorstop keksz (1;6;12;) EN: 82.4 kcal; ZS: 2.0 g; TZS: 0.8 g; SZH: 13.0 g; CK: 0.3 g; FH: 2.4 g; SÓ: 0.2 g; | Barack kompót * EN: 36.1 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 8.1 g; CK: 8.2 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.1 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; 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; | Vaníliapuding * EN: 108.0 kcal; ZS: 2.0 g; TZS: 0.3 g; SZH: 22.1 g; CK: 7.2 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.1 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; Gránátos kocka (1;12;) EN: 532.0 kcal; ZS: 5.3 g; TZS: 0.8 g; SZH: 100.8 g; CK: 3.5 g; FH: 16.1 g; SÓ: 1.4 g; CA: 0.0 mg; Cékla saláta * EN: 50.4 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 11.1 g; CK: 6.3 g; FH: 1.0 g; SÓ: 2.0 g; 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; | Húsleves levestésztával (1;9;) EN: 119.8 kcal; ZS: 1.7 g; TZS: 0.5 g; SZH: 16.3 g; CK: 3.2 g; FH: 8.5 g; SÓ: 1.0 g; CA: 0.0 mg; Fasírt golyó (1;) EN: 307.8 kcal; ZS: 16.8 g; TZS: 5.8 g; SZH: 21.4 g; CK: 0.2 g; FH: 17.4 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg; Paradicsomos káposzta diab * (1;) EN: 217.0 kcal; ZS: 6.6 g; TZS: 0.7 g; SZH: 31.6 g; CK: 5.5 g; FH: 6.8 g; SÓ: 1.2 g; CA: 0.0 mg; Kókuszgolyó * (1;12;) EN: 147.5 kcal; ZS: 6.8 g; TZS: 4.4 g; SZH: 16.6 g; CK: 3.8 g; FH: 3.2 g; SÓ: 0.3 g; CA: 0.0 mg; | Meggyleves * EN: 91.4 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 20.0 g; CK: 11.7 g; FH: 1.4 g; SÓ: 0.5 g; CA: 0.0 mg; Sült csirkemell EN: 138.9 kcal; ZS: 5.4 g; TZS: 1.2 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 21.2 g; SÓ: 1.1 g; CA: 0.0 mg; Rizs köret EN: 322.4 kcal; ZS: 5.3 g; TZS: 0.6 g; SZH: 62.0 g; CK: 0.0 g; FH: 7.4 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Csemege uborka * (10;) EN: 19.2 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 4.0 g; CK: 0.8 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.4 g; CA: 0.0 mg; | Köménymag leves (1;) EN: 89.4 kcal; ZS: 7.7 g; TZS: 0.9 g; SZH: 4.2 g; CK: 0.0 g; FH: 0.6 g; SÓ: 1.6 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; Párolt köles EN: 234.6 kcal; ZS: 7.2 g; TZS: 1.1 g; SZH: 36.0 g; CK: 3.0 g; FH: 5.5 g; SÓ: 0.5 g; CA: 0.0 mg; Mexikói párolt zöldség 1/2 EN: 133.3 kcal; ZS: 3.1 g; TZS: 0.3 g; SZH: 20.9 g; CK: 0.0 g; FH: 6.5 g; SÓ: 0.7 g; CA: 0.0 mg; | Frankfurtileves (1;7;12;) EN: 218.6 kcal; ZS: 13.6 g; TZS: 6.6 g; SZH: 13.6 g; CK: 0.9 g; FH: 9.1 g; SÓ: 2.3 g; CA: 0.0 mg; Túrógombóc D (1;3;7;) EN: 357.3 kcal; ZS: 10.8 g; TZS: 6.3 g; SZH: 37.0 g; CK: 5.3 g; FH: 25.7 g; SÓ: 1.7 g; CA: 88.0 mg; Fahéj szórát * EN: 12.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 3.1 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; | Zöldséges lebbencsleves (1;9;12;) EN: 174.6 kcal; ZS: 8.9 g; TZS: 1.0 g; SZH: 19.3 g; CK: 0.2 g; FH: 3.1 g; SÓ: 0.8 g; CA: 0.0 mg; Rakott burgonya kolbásszal (3;7;12;) EN: 627.9 kcal; ZS: 34.7 g; TZS: 11.9 g; SZH: 55.6 g; CK: 1.2 g; FH: 16.9 g; SÓ: 3.0 g; CA: 36.3 mg; | Görög raguleves EN: 279.0 kcal; ZS: 22.8 g; TZS: 4.3 g; SZH: 5.0 g; CK: 0.5 g; FH: 12.2 g; SÓ: 2.1 g; CA: 0.0 mg; Mustáros sertészelet (10;) EN: 169.6 kcal; ZS: 9.0 g; TZS: 2.3 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.1 g; FH: 20.6 g; SÓ: 1.2 g; CA: 0.0 mg; Burgonyapüré (7;12;) EN: 88.2 kcal; ZS: 5.2 g; TZS: 2.6 g; SZH: 7.3 g; CK: 3.2 g; FH: 2.6 g; SÓ: 1.9 g; CA: 60.0 mg; Csalamádé * (10;12;) EN: 14.4 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 1.9 g; CK: 0.8 g; FH: 0.6 g; SÓ: 1.6 g; CA: 0.0 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-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-Csillagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

| | Hétfő 04.27 | Kedd 04.28 | Szerda 04.29 | Csütörtök 04.30 | Péntek 05.01 | Szombat 05.02 | Vasárnap 05.03 |
|----------------|---|--|---|---|--|---|---|
| Ebéd | | | 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; | Csokipuding * (7;) EN: 151.5 kcal; ZS: 3.7 g; TZS: 2.2 g; SZH: 21.8 g; CK: 9.2 g; FH: 6.7 g; SÓ: 0.3 g; CA: 240.0 mg; Pírított kenyérfocsi (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; | | | |
| Uzsonna | Sonkás kockasajt (7;) EN: 67.9 kcal; ZS: 5.3 g; TZS: 3.4 g; SZH: 1.6 g; CK: 1.4 g; FH: 3.5 g; SÓ: 0.3 g; CA: 201.3 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; | 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; | Alma kompót * EN: 28.0 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 6.3 g; CK: 3.7 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; | 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; | 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; 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; | 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; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g; CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 1.3 g; CA: 0.0 mg; | Smoothie EN: 103.6 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 23.0 g; CK: 6.8 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; |
| Vacsora | 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; Teavaj (7;) EN: 144.6 kcal; ZS: 16.0 g; TZS: 11.4 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.1 g; FH: 0.1 g; SÓ: 0.0 g; CA: 5.0 mg; Kukoricás kenyér (1;) EN: 274.0 kcal; ZS: 1.1 g; TZS: 0.4 g; SZH: 57.0 g; CK: 1.1 g; FH: 7.8 g; SÓ: 1.4 g; | Tejfölös-gombás csirkeragu (1;7;) EN: 194.0 kcal; ZS: 8.2 g; TZS: 4.3 g; SZH: 8.8 g; CK: 1.4 g; FH: 19.4 g; SÓ: 1.2 g; CA: 49.5 mg; Tört burgonya (12;) EN: 269.2 kcal; ZS: 4.3 g; TZS: 0.4 g; SZH: 46.0 g; CK: 0.0 g; FH: 6.3 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Csalamádé * (10;12;) EN: 14.4 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 1.9 g; CK: 0.8 g; FH: 0.6 g; SÓ: 1.6 g; CA: 0.0 mg; | 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; | Sült csirkemáj EN: 330.3 kcal; ZS: 19.8 g; TZS: 7.9 g; SZH: 4.4 g; CK: 0.2 g; FH: 33.4 g; SÓ: 1.7 g; CA: 0.0 mg; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g; CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 1.3 g; CA: 0.0 mg; Ecetes almapirika (10;12;) EN: 16.0 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 2.4 g; CK: 0.8 g; FH: 1.0 g; SÓ: 1.6 g; | Kolbászkrem EN: 201.0 kcal; ZS: 20.8 g; TZS: 9.8 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.1 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.7 g; 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; Jégcsapretek 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; | Pulykasült D EN: 128.4 kcal; ZS: 5.0 g; TZS: 1.4 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 20.6 g; SÓ: 1.2 g; CA: 0.0 mg; Zöldbabfőzelék (1;7;) EN: 235.9 kcal; ZS: 12.9 g; TZS: 3.2 g; SZH: 26.8 g; CK: 4.9 g; FH: 7.6 g; SÓ: 1.4 g; CA: 33.0 mg; | Bryndza (7;) EN: 152.5 kcal; ZS: 11.5 g; TZS: 5.6 g; SZH: 2.3 g; CK: 2.3 g; FH: 10.4 g; SÓ: 0.0 g; CA: 200.0 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; 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; |