

	Hétfő 10.19	Kedd 10.20	Szerda 10.21	Csütörtök 10.22	Péntek 10.23	Szombat 10.24	Vasárnap 10.25
Reggeli	Barackos tea (12;) EN:36.1kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:9.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Rizsital EN:182.0kcal ZS:3.6g TZS:0.6g SZH:36.4g CK:13.4g FH:1.1g SÓ:0.2g	Kakaó TM (rizstej) EN:162.7kcal ZS:3.1g TZS:0.4g SZH:32.6g CK:19.0g FH:0.8g SÓ:0.3g	Rizsital EN:182.0kcal ZS:3.6g TZS:0.6g SZH:36.4g CK:13.4g FH:1.1g SÓ:0.2g	Citromos tea (12;) EN:36.1kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:9.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Meggyes tea * EN:0.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Gyümölcs tea diab * EN:0.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g
	Csirkemell sonka EN:54.5kcal ZS:2.3g TZS:0.7g SZH:1.0g CK:0.2g FH:7.5g SÓ:1.1g	Lekvár EN:121.5kcal SZH:29.0g CK:25.5g	Eurofood baromfipástétom EN:132.0kcal ZS:10.9g TZS:2.8g SZH:2.5g FH:5.7g SÓ:0.7g	Padlizsánkrém EN:19.0kcal ZS:1.2g TZS:1.0g SZH:1.5g CK:0.1g FH:0.6g SÓ:1.2g	Sertés párizsi EN:115.0kcal ZS:10.0g TZS:4.0g SZH:1.3g CK:0.1g FH:5.0g SÓ:1.0g	Zala felvágott EN:120.0kcal ZS:10.0g TZS:4.0g SZH:1.1g CK:0.3g FH:6.5g SÓ:1.1g	Tavaszi felvágott EN:138.5kcal ZS:12.0g TZS:5.0g SZH:1.7g CK:0.3g FH:6.0g SÓ:1.1g
	Margarin EN:63.0kcal ZS:7.0g TZS:1.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Margarin EN:63.0kcal ZS:7.0g TZS:1.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	teljeskiőrlésű kenyér 5dkg (1;) EN:121.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:22.0g CK:0.4g FH:4.7g SÓ:0.7g	Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;) EN:307.4kcal ZS:2.1g TZS:0.1g SZH:62.4g CK:1.4g FH:11.8g SÓ:1.5g	Margarin EN:63.0kcal ZS:7.0g TZS:1.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Margarin EN:63.0kcal ZS:7.0g TZS:1.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Margarin EN:63.0kcal ZS:7.0g TZS:1.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g
	teljeskiőrlésű kenyér 5dkg (1;) EN:121.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:22.0g CK:0.4g FH:4.7g SÓ:0.7g	teljeskiőrlésű kenyér 5dkg (1;) EN:121.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:22.0g CK:0.4g FH:4.7g SÓ:0.7g	Paradicsom EN:11.5kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:0.0g FH:0.5g SÓ:0.0g		Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;) EN:307.4kcal ZS:2.1g TZS:0.1g SZH:62.4g CK:1.4g FH:11.8g SÓ:1.5g	Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:242.0kcal ZS:1.7g TZS:0.5g SZH:44.0g CK:0.8g FH:9.4g SÓ:1.4g	Kígyóborka EN:6.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.5g SÓ:0.0g
Tízórai	Korpo vit 4 db (1;12;) EN:90.0kcal ZS:2.6g TZS:1.1g SZH:13.9g CK:0.9g FH:2.1g SÓ:0.2g	Körte EN:41.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.6g CK:1.2g FH:0.3g SÓ:0.0g	Házi csokipuding (kókuszitalból) EN:95.5kcal ZS:3.1g TZS:2.9g SZH:16.1g CK:5.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Mandarin EN:45.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.8g CK:7.8g FH:0.7g SÓ:0.0g	Narancs EN:32.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.8g CK:5.2g FH:0.5g SÓ:0.0g	Alma EN:28.0kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:5.6g CK:3.2g FH:0.3g SÓ:0.0g	Körte EN:41.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.6g CK:1.2g FH:0.3g SÓ:0.0g
	Tárkonyos csirkeraguleves (1;) EN:148.8kcal ZS:3.5g TZS:0.8g SZH:13.2g CK:3.6g FH:15.2g SÓ:1.8g	Zöldséges csontleves tésztával (1;9;) EN:148.3kcal ZS:4.4g TZS:1.3g SZH:17.6g CK:3.5g FH:8.0g SÓ:1.0g	Zöldségkrémleves (1;9;) EN:125.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:25.1g CK:3.6g FH:5.4g SÓ:2.8g	Almakrémleves EN:120.6kcal ZS:1.1g TZS:0.1g SZH:26.7g CK:14.1g FH:0.6g SÓ:0.1g	Daragaluska leves (1;3;9;) EN:171.5kcal ZS:6.3g TZS:1.0g SZH:23.1g CK:2.1g FH:5.0g SÓ:0.7g	Rozmaringos zöldségleves (1;9;) EN:54.8kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:10.9g CK:1.0g FH:1.9g SÓ:1.6g	Magyaros zellerleves (1;9;) EN:182.3kcal ZS:9.7g TZS:1.1g SZH:19.3g CK:1.3g FH:3.4g SÓ:0.7g
	Darásmetélt (1;) EN:512.6kcal ZS:10.6g TZS:1.5g SZH:88.8g CK:3.5g FH:14.4g SÓ:1.5g	Sertéspörkölt (1;) EN:194.2kcal ZS:11.6g TZS:2.4g SZH:3.3g CK:0.0g FH:17.9g SÓ:0.4g	Mediterrán csirkeragu (1;) EN:251.5kcal ZS:13.2g TZS:2.2g SZH:10.5g CK:2.1g FH:20.9g SÓ:1.1g	Bácskai rizseshús szárnyas EN:577.9kcal ZS:19.2g TZS:4.3g SZH:77.5g CK:0.0g FH:20.5g SÓ:2.0g	Grillfűszeres csirkecomb filé EN:274.5kcal ZS:10.6g TZS:2.7g SZH:1.1g CK:0.0g FH:41.8g SÓ:5.3g	Serpenyős burgonya virslivel (12;) EN:577.2kcal ZS:28.3g TZS:3.6g SZH:56.1g CK:0.4g FH:18.4g SÓ:3.8g	Mustáros szárnyasragu (10;) EN:151.0kcal ZS:5.5g TZS:1.1g SZH:3.7g CK:0.3g FH:20.0g SÓ:1.3g
	Sárgabarack lekvár EN:121.5kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:29.0g CK:25.5g FH:0.3g SÓ:0.0g	Burgonyafőzelék (1;12;) EN:207.6kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:40.9g CK:1.6g FH:5.3g SÓ:0.9g	Bulgur köret (1;) EN:392.4kcal ZS:15.6g TZS:1.8g SZH:51.1g CK:1.6g FH:9.2g SÓ:1.1g	Csemege uborka * (10;12;) EN:11.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.8g CK:0.4g FH:0.8g SÓ:1.7g	Petrezselymes burgonya (12;) EN:278.9kcal ZS:5.3g TZS:2.2g SZH:46.4g CK:0.0g FH:6.3g SÓ:0.5g		Tészta köret (1;) EN:366.3kcal ZS:10.4g TZS:1.4g SZH:57.6g CK:2.8g FH:9.8g SÓ:1.4g
Uzsonna	Alma EN:28.0kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:5.6g CK:3.2g FH:0.3g SÓ:0.0g	Citromos nápolyi diab. 4db * (1;6;) EN:260.0kcal ZS:18.0g TZS:8.8g SZH:22.4g CK:1.3g FH:1.4g SÓ:0.1g	szilva EN:63.0kcal SZH:14.0g CK:3.7g FH:0.8g	Keks diab (1;6;12;) EN:167.6kcal ZS:4.3g TZS:1.8g SZH:26.4g CK:0.3g FH:4.5g SÓ:0.4g	Kefir (7;) EN:91.5kcal ZS:5.3g TZS:3.4g SZH:5.7g CK:5.7g FH:4.9g SÓ:0.1g	king kréker sajtos (1;7;12;) EN:181.6kcal ZS:6.1g TZS:2.6g SZH:27.5g CK:3.1g FH:3.7g SÓ:0.4g	Citromos nápolyi diab. 4db * (1;6;) EN:260.0kcal ZS:18.0g TZS:8.8g SZH:22.4g CK:1.3g FH:1.4g SÓ:0.1g
					Teljes kiőrlésű kifli (1;) EN:210.8kcal ZS:2.6g TZS:0.7g SZH:36.0g CK:1.4g FH:8.3g SÓ:0.8g		
Vacsora							

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(kehérje: 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-Szezámag; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csillagfürt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszerl tartalmaz.

Gasztvital	Hétfő 10.19	Kedd 10.20	Szerda 10.21	Csütörtök 10.22	Péntek 10.23	Szombat 10.24	Vasárnap 10.25
Vacsora	Pritaminos margarinkrém EN:41.7kcal ZS:4.1g TZS:1.2g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.2g Pirított napraforgómag EN:177.0kcal ZS:14.3g TZS:2.1g SZH:5.2g CK:0.0g FH:5.6g SÓ:0.0g Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;) EN:307.4kcal ZS:2.1g TZS:0.1g SZH:62.4g CK:1.4g FH:11.8g SÓ:1.5g Kaliforniai paprika EN:12.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:1.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	Csirkés tésztasaláta * (1;10;12;) EN:574.5kcal ZS:9.6g TZS:2.1g SZH:75.3g CK:3.8g FH:44.8g SÓ:2.5g	Tavaszi felvágott EN:138.5kcal ZS:12.0g TZS:5.0g SZH:1.7g CK:0.3g FH:6.0g SÓ:1.1g Margarin EN:63.0kcal ZS:7.0g TZS:1.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;) EN:307.4kcal ZS:2.1g TZS:0.1g SZH:62.4g CK:1.4g FH:11.8g SÓ:1.5g	Szárnys vagdalt (1;3;) EN:364.1kcal ZS:14.8g TZS:2.5g SZH:32.8g CK:0.9g FH:23.4g SÓ:1.8g Parajfőzelék (1;) EN:262.8kcal ZS:15.2g TZS:1.7g SZH:25.0g CK:3.0g FH:4.7g SÓ:1.2g Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:242.0kcal ZS:1.7g TZS:0.5g SZH:44.0g CK:0.8g FH:9.4g SÓ:1.4g	Prágai pulyka sonka EN:166.5kcal ZS:39.5g TZS:0.9g SZH:0.8g CK:0.3g FH:7.5g SÓ:1.3g Margarin EN:63.0kcal ZS:7.0g TZS:1.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;) EN:307.4kcal ZS:2.1g TZS:0.1g SZH:62.4g CK:1.4g FH:11.8g SÓ:1.5g	Majorannás csirkemell szelet EN:160.1kcal ZS:6.7g TZS:1.4g SZH:0.1g CK:0.0g FH:23.3g SÓ:0.9g Zöldséges rizs EN:509.2kcal ZS:15.7g TZS:1.8g SZH:80.7g CK:2.0g FH:9.4g SÓ:1.7g Csemege uborka * (10;12;) EN:11.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:0.4g FH:0.8g SÓ:1.8g	Szárnys húskrém EN:142.8kcal ZS:11.4g TZS:6.4g SZH:1.7g CK:0.3g FH:7.6g SÓ:1.6g teljeskiőrlésű kenyér 5dkg (1;) EN:121.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:22.0g CK:0.4g FH:4.7g SÓ:0.7g