

A -

	Hétfő 05.18	Kedd 05.19	Szerda 05.20	Csütörtök 05.21	Péntek 05.22
ebéd A	Tárkonyos halgaluskaleves (1;3;4;7;9;10;12) EN:762.42 kJ; 182.93 kcal; FH:9.28 g; SZH:12.79 g; ZS:10.23 g; TZS:2.91 g; SÓ:0.80 mg; CK:2.22 g;	Zöldséges tarhonyaleves (1;3;7;9;10;12) EN:319.02 kJ; 76.68 kcal; FH:1.80 g; SZH:9.62 g; ZS:3.35 g; TZS:0.53 g; SÓ:0.76 mg; CK:1.04 g;	Paradicsomleves (1;3;9;12) EN:773.23 kJ; 185.52 kcal; FH:3.26 g; SZH:33.64 g; ZS:4.11 g; TZS:0.48 g; SÓ:1.00 mg; CK:22.29 g;	Zöldséges lencseleves (1;3;6;7;9;10;12) EN:671.64 kJ; 161.11 kcal; FH:8.37 g; SZH:22.50 g; ZS:4.11 g; TZS:0.52 g; SÓ:0.43 mg; CK:1.59 g;	Almakrémleves (1;7;8;10;12) EN:571.09 kJ; 136.18 kcal; FH:1.48 g; SZH:23.35 g; ZS:3.97 g; TZS:1.88 g; SÓ:0.38 mg; CK:19.02 g;
	Szilvás gombóc (1;3;5;6;7;8;12) EN:2051.10 kJ; 488.10 kcal; FH:11.37 g; SZH:83.16 g; ZS:10.51 g; TZS:1.81 g; SÓ:1.99 mg; CK:9.36 g;	Főtt baromfivirslis (9;10) EN:572.75 kJ; 137.02 kcal; FH:9.57 g; SZH:1.77 g; ZS:10.11 g; TZS:2.64 g; SÓ:1.19 mg; CK:0.65 g;	Hentestokány (1;6;7;9;10;12) EN:927.88 kJ; 222.67 kcal; FH:11.41 g; SZH:5.40 g; ZS:17.11 g; TZS:4.87 g; SÓ:1.08 mg; CK:0.38 g;	Savanyú vetreце (1;3;6;7;9;10;12) EN:1326.18 kJ; 317.73 kcal; FH:14.17 g; SZH:6.73 g; ZS:25.85 g; TZS:9.06 g; SÓ:0.82 mg; CK:2.53 g;	Carbonara (1;3;6;7;9;10;12) EN:663.04 kJ; 158.93 kcal; FH:10.57 g; SZH:6.55 g; ZS:9.99 g; TZS:2.72 g; SÓ:1.74 mg; CK:1.21 g;
	Fahéjszórás (1;10) EN:175.47 kJ; 41.98 kcal; FH:0.02 g; SZH:10.39 g; ZS:0.02 g; TZS:0.00 g; SÓ:0.00 mg; CK:9.99 g;	Tejfőlös zöldbabfőzelék (1;7;12) EN:862.16 kJ; 207.16 kcal; FH:5.70 g; SZH:21.90 g; ZS:10.57 g; TZS:2.74 g; SÓ:0.61 mg; CK:7.90 g;	Főtt burgonya (12) EN:901.48 kJ; 215.67 kcal; FH:5.75 g; SZH:46.00 g; ZS:0.46 g; TZS:0.06 g; SÓ:0.72 mg; CK:1.84 g;	Párolt rizs (10;12) EN:1209.77 kJ; 290.07 kcal; FH:5.06 g; SZH:54.64 g; ZS:5.57 g; TZS:0.74 g; SÓ:0.61 mg; CK:0.10 g;	Főtt spagetti tészta (1;3) EN:1803.38 kJ; 432.91 kcal; FH:12.00 g; SZH:70.08 g; ZS:11.44 g; TZS:1.20 g; SÓ:0.59 mg; CK:1.06 g;
	Alma EN:218.12 kJ; 52.18 kcal; FH:0.60 g; SZH:10.50 g; ZS:0.60 g; SÓ:0.01 mg; CK:15.00 g;	Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:430.42 kJ; 102.96 kcal; FH:4.04 g; SZH:19.96 g; ZS:0.72 g; TZS:0.12 g; SÓ:0.47 mg;			
ebéd B	Tárkonyos halgaluskaleves (1;3;4;7;9;10;12) EN:762.42 kJ; 182.93 kcal; FH:9.28 g; SZH:12.79 g; ZS:10.23 g; TZS:2.91 g; SÓ:0.80 mg; CK:2.22 g;	Zöldséges tarhonyaleves (1;3;7;9;10;12) EN:319.02 kJ; 76.68 kcal; FH:1.80 g; SZH:9.62 g; ZS:3.35 g; TZS:0.53 g; SÓ:0.76 mg; CK:1.04 g;	Paradicsomleves (1;3;9;12) EN:773.23 kJ; 185.52 kcal; FH:3.26 g; SZH:33.64 g; ZS:4.11 g; TZS:0.48 g; SÓ:1.00 mg; CK:22.29 g;	Zöldséges lencseleves (1;3;6;7;9;10;12) EN:671.64 kJ; 161.11 kcal; FH:8.37 g; SZH:22.50 g; ZS:4.11 g; TZS:0.52 g; SÓ:0.43 mg; CK:1.59 g;	Almakrémleves (1;7;8;10;12) EN:571.09 kJ; 136.18 kcal; FH:1.48 g; SZH:23.35 g; ZS:3.97 g; TZS:1.88 g; SÓ:0.38 mg; CK:19.02 g;
	Ízes bukta (1;3;6;7) EN:1078.70 kJ; 254.80 kcal; FH:4.00 g; SZH:44.38 g; ZS:3.82 g; TZS:1.80 g; SÓ:0.56 mg; CK:9.52 g;	Sertésvagdalt (1;3;5;6;7;8;10;12) EN:1184.50 kJ; 283.73 kcal; FH:12.96 g; SZH:22.93 g; ZS:15.43 g; TZS:4.78 g; SÓ:1.39 mg; CK:1.19 g;	Panírozott csirkemell (1;3;6;7) EN:976.00 kJ; 233.60 kcal; FH:11.66 g; SZH:20.90 g; ZS:11.90 g; TZS:1.76 g; SÓ:0.00 mg; CK:2.31 g;	Sertéshúsos-zöldséges bulgur (1;10;12) EN:2030.07 kJ; 485.62 kcal; FH:21.04 g; SZH:60.04 g; ZS:19.64 g; TZS:5.75 g; SÓ:0.78 mg; CK:2.37 g;	Milánói húsmentesragu (1;8;10;12) EN:513.76 kJ; 123.61 kcal; FH:4.40 g; SZH:14.71 g; ZS:5.18 g; TZS:0.57 g; SÓ:0.75 mg; CK:11.33 g;
	Alma EN:218.12 kJ; 52.18 kcal; FH:0.60 g; SZH:10.50 g; ZS:0.60 g; SÓ:0.01 mg; CK:15.00 g;	Tejfőlös burgonyafőzelék (1;7;12) EN:1190.43 kJ; 285.70 kcal; FH:5.94 g; SZH:39.33 g; ZS:11.27 g; TZS:3.19 g; SÓ:0.63 mg; CK:2.25 g;	Petrezselymes pároltrisz (12) EN:1362.29 kJ; 326.62 kcal; FH:5.82 g; SZH:62.65 g; ZS:5.72 g; TZS:0.78 g; SÓ:0.49 mg; CK:0.13 g;		Főtt spagetti tészta (1;3) EN:1803.38 kJ; 432.91 kcal; FH:12.00 g; SZH:70.08 g; ZS:11.44 g; TZS:1.20 g; SÓ:0.59 mg; CK:1.06 g;
		Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:430.42 kJ; 102.96 kcal; FH:4.04 g; SZH:19.96 g; ZS:0.72 g; TZS:0.12 g; SÓ:0.47 mg;	Uborkasaláta édesítőszerrel (12) EN:20.00 kJ; 4.50 kcal; FH:0.25 g; SZH:0.50 g; ZS:0.25 g; SÓ:1.20 mg;		
húsmentes ebéd	Tárkonyos halgaluskaleves (1;3;4;7;9;10;12) EN:762.42 kJ; 182.93 kcal; FH:9.28 g; SZH:12.79 g; ZS:10.23 g; TZS:2.91 g; SÓ:0.80 mg; CK:2.22 g;	Zöldséges tarhonyaleves (1;3;7;9;10;12) EN:319.02 kJ; 76.68 kcal; FH:1.80 g; SZH:9.62 g; ZS:3.35 g; TZS:0.53 g; SÓ:0.76 mg; CK:1.04 g;	Paradicsomleves (1;3;9;12) EN:773.23 kJ; 185.52 kcal; FH:3.26 g; SZH:33.64 g; ZS:4.11 g; TZS:0.48 g; SÓ:1.00 mg; CK:22.29 g;	Zöldséges lencseleves (1;3;6;7;9;10;12) EN:671.64 kJ; 161.11 kcal; FH:8.37 g; SZH:22.50 g; ZS:4.11 g; TZS:0.52 g; SÓ:0.43 mg; CK:1.59 g;	Almakrémleves (1;7;8;10;12) EN:571.09 kJ; 136.18 kcal; FH:1.48 g; SZH:23.35 g; ZS:3.97 g; TZS:1.88 g; SÓ:0.38 mg; CK:19.02 g;
	Gyümölcsös tejberizs (5;6;7;12) EN:1480.83 kJ; 353.86 kcal; FH:9.00 g; SZH:63.55 g; ZS:6.93 g; TZS:3.99 g; SÓ:0.47 mg; CK:25.55 g;	Sajtropogós (1;3;5;6;7;8) EN:1510.52 kJ; 363.83 kcal; FH:11.77 g; SZH:21.09 g; ZS:25.70 g; TZS:6.83 g; SÓ:1.77 mg; CK:1.71 g;	Francia rakott burgonya (1;3;5;6;7;8;10;12) EN:1949.50 kJ; 466.79 kcal; FH:16.97 g; SZH:52.48 g; ZS:20.42 g; TZS:7.31 g; SÓ:1.16 mg; CK:5.24 g;	Tejszínes zöldségragu (1;6;7;10;12) EN:560.16 kJ; 133.81 kcal; FH:5.04 g; SZH:17.66 g; ZS:4.69 g; TZS:0.67 g; SÓ:0.77 mg; CK:5.20 g;	Négysajtos brokkoliszós (1;6;7;12) EN:735.21 kJ; 175.81 kcal; FH:9.80 g; SZH:8.66 g; ZS:11.25 g; TZS:6.01 g; SÓ:0.76 mg; CK:4.69 g;
	Fahéjszórás (1;10) EN:175.47 kJ; 41.98 kcal; FH:0.02 g; SZH:10.39 g; ZS:0.02 g; TZS:0.00 g; SÓ:0.00 mg; CK:9.99 g;	Kelkáposzta főzelék (1;10;12) EN:843.35 kJ; 203.04 kcal; FH:5.74 g; SZH:23.77 g; ZS:9.27 g; TZS:1.05 g; SÓ:0.78 mg; CK:1.54 g;	Uborkasaláta édesítőszerrel (12) EN:20.00 kJ; 4.50 kcal; FH:0.25 g; SZH:0.50 g; ZS:0.25 g; SÓ:1.20 mg;	Kuszkusz* (1;7;10;12) EN:1401.61 kJ; 335.40 kcal; FH:9.88 g; SZH:59.92 g; ZS:5.45 g; TZS:1.09 g; SÓ:0.99 mg; CK:0.29 g;	Főtt penne tészta (1;3) EN:1609.40 kJ; 386.45 kcal; FH:10.50 g; SZH:61.32 g; ZS:10.86 g; TZS:1.14 g; SÓ:0.67 mg; CK:0.92 g;
	Alma EN:218.12 kJ; 52.18 kcal; FH:0.60 g; SZH:10.50 g; ZS:0.60 g; SÓ:0.01 mg; CK:15.00 g;	Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:430.42 kJ; 102.96 kcal; FH:4.04 g; SZH:19.96 g; ZS:0.72 g; TZS:0.12 g; SÓ:0.47 mg;			

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia: kJ/adag); (energia: kcal/adag); FH(fehérje: g/adag); SZH(szénhidrát: g/adag); ZS(zsír: g/adag); TZS(telített zsírsav: g/adag); SÓ(nátrium: mg/adag); CK(cukor: g/adag). Allergének: 1-Glutén; 2-Rákkfélek; 3-Tojás; 4-Halak; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfidok; 13-Csillagfürt; 14-Puhatestűek.

B -

	Hétfő 05.18	Kedd 05.19	Szerda 05.20	Csütörtök 05.21	Péntek 05.22
tízórai	Citromos tea (1;12) EN:170.56 kJ; 40.82 kcal; FH:0.16 g; SZH:9.48 g; ZS:0.04 g; SÓ:0.00 mg; CK:9.12 g;	Tej (7) EN:372.00 kJ; 88.00 kcal; FH:6.00 g; SZH:9.40 g; ZS:3.00 g; TZS:2.00 g; SÓ:0.27 mg; CK:9.40 g;	Gyümölcs tea (12) EN:141.58 kJ; 33.87 kcal; FH:0.02 g; SZH:8.20 g; ZS:0.01 g; TZS:0.00 g; SÓ:0.00 mg; CK:8.04 g;	Kakaó (1;5;6;7;8) EN:527.19 kJ; 125.12 kcal; FH:6.30 g; SZH:17.56 g; ZS:3.35 g; TZS:2.20 g; SÓ:0.27 mg; CK:17.40 g;	Citromos tea (1;12) EN:170.56 kJ; 40.82 kcal; FH:0.16 g; SZH:9.48 g; ZS:0.04 g; SÓ:0.00 mg; CK:9.12 g;
	Zala felvágott EN:204.88 kJ; 49.02 kcal; FH:3.12 g; SZH:0.12 g; ZS:3.98 g; TZS:1.46 g; SÓ:0.50 mg; CK:0.02 g;	Vajkrém ízesített (7) EN:317.52 kJ; 75.96 kcal; FH:0.50 g; SZH:0.40 g; ZS:8.00 g; TZS:3.87 g; SÓ:0.00 mg; CK:0.40 g;	Kenőmájas (1;3;6;7;9;10;11;13) EN:395.77 kJ; 94.68 kcal; FH:4.77 g; SZH:0.09 g; ZS:8.31 g; TZS:3.80 g; SÓ:0.83 mg;	Foszlós kalács (1;3;6;7) EN:842.58 kJ; 201.57 kcal; FH:5.90 g; SZH:32.43 g; ZS:5.26 g; TZS:2.16 g; SÓ:0.52 mg; CK:6.00 g;	Házi tojáskrém (1;3;6;7;9;10;12) EN:220.67 kJ; 52.61 kcal; FH:3.56 g; SZH:1.99 g; ZS:3.22 g; TZS:0.98 g; SÓ:0.47 mg; CK:0.49 g;
	Delma margarin (7) EN:135.66 kJ; 32.46 kcal; FH:0.16 g; SZH:0.04 g; ZS:3.50 g; TZS:0.95 g; SÓ:0.10 mg;	Kifli (1;6;7) EN:570.99 kJ; 136.60 kcal; FH:4.70 g; SZH:28.50 g; ZS:0.35 g; TZS:0.13 g; SÓ:0.79 mg;	Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:538.02 kJ; 128.70 kcal; FH:5.05 g; SZH:24.95 g; ZS:0.90 g; TZS:0.15 g; SÓ:0.58 mg;		Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:538.02 kJ; 128.70 kcal; FH:5.05 g; SZH:24.95 g; ZS:0.90 g; TZS:0.15 g; SÓ:0.58 mg;
	Kenyér burgonyás szeletelt (1;5;6;7;8;11) EN:540.45 kJ; 129.30 kcal; FH:5.41 g; SZH:24.82 g; ZS:0.85 g; TZS:0.10 g; SÓ:0.99 mg; CK:0.50 g;		Kígyóborka (12) EN:12.40 kJ; 3.00 kcal; FH:0.14 g; SZH:0.62 g; ZS:0.02 g; SÓ:0.01 mg; CK:0.34 g;		Paradicsom EN:15.00 kJ; 3.60 kcal; FH:0.18 g; SZH:0.26 g; ZS:0.04 g; TZS:0.00 g; SÓ:0.00 mg; CK:0.24 g;
uzsonna	Sajtszelet (7) EN:310.88 kJ; 74.37 kcal; FH:5.54 g; SZH:0.32 g; ZS:5.62 g; TZS:3.57 g; SÓ:0.49 mg; CK:0.32 g;	Sertéspárizsi (1;6;7) EN:178.25 kJ; 42.64 kcal; FH:2.38 g; SZH:0.04 g; ZS:3.64 g; TZS:1.38 g; SÓ:0.45 mg;	Gyümölcsjoghurt poharas (1;7) EN:433.95 kJ; 103.88 kcal; FH:3.49 g; SZH:14.03 g; ZS:3.62 g; TZS:1.95 g; SÓ:0.31 mg; CK:13.75 g;	Csirkemellsonka Kedvenc ízek EN:108.70 kJ; 26.00 kcal; FH:4.44 g; SZH:1.40 g; ZS:0.28 g; TZS:0.11 g; SÓ:0.46 mg; CK:0.10 g;	Sajtkrémes rúd (1;3;6;7;8) EN:889.00 kJ; 212.10 kcal; FH:5.81 g; SZH:21.49 g; ZS:11.13 g; TZS:4.55 g; SÓ:0.00 mg; CK:1.12 g;
	Delma margarin (7) EN:135.66 kJ; 32.46 kcal; FH:0.16 g; SZH:0.04 g; ZS:3.50 g; TZS:0.95 g; SÓ:0.10 mg;	Delma margarin (7) EN:135.66 kJ; 32.46 kcal; FH:0.16 g; SZH:0.04 g; ZS:3.50 g; TZS:0.95 g; SÓ:0.10 mg;	Kifli (1;6;7) EN:570.99 kJ; 136.60 kcal; FH:4.70 g; SZH:28.50 g; ZS:0.35 g; TZS:0.13 g; SÓ:0.79 mg;	Delma margarin (7) EN:135.66 kJ; 32.46 kcal; FH:0.16 g; SZH:0.04 g; ZS:3.50 g; TZS:0.95 g; SÓ:0.10 mg;	
	Teljes kiőrlésű zsemle (1) EN:526.80 kJ; 126.03 kcal; FH:5.34 g; SZH:24.28 g; ZS:0.77 g; TZS:0.07 g; SÓ:0.56 mg; CK:0.25 g;	Kenyér félbarna szeletelt (1;6) EN:540.54 kJ; 129.31 kcal; FH:4.90 g; SZH:26.15 g; ZS:0.50 g; TZS:0.15 g; SÓ:1.00 mg; CK:0.10 g;		Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:538.02 kJ; 128.70 kcal; FH:5.05 g; SZH:24.95 g; ZS:0.90 g; TZS:0.15 g; SÓ:0.58 mg;	
		Zöldpaprika EN:16.80 kJ; 4.00 kcal; FH:0.18 g; SZH:0.58 g; ZS:0.04 g; TZS:0.02 g; SÓ:0.00 mg; CK:0.48 g;		Rágórépa (12) EN:33.60 kJ; 8.00 kcal; FH:0.24 g; SZH:1.60 g; ZS:0.04 g; TZS:0.00 g; SÓ:0.03 mg; CK:0.40 g;	

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia: kJ/adag); (energia: kcal/adag); FH(fehérje: g/adag); SZH(szénhidrát: g/adag); ZS(zsír: g/adag); TZS(telített zsírsav: g/adag); SÓ(nátrium: mg/adag); CK(cukor: g/adag). Allergének: 1-Glutén; 2-Rákkfélek; 3-Tojás; 4-Halak; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfidok; 13-Csillagfürt; 14-Puhatestűek.