

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

| Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek | Szombat |
|---|--|---|--|--|---|
| Tej 1,5% (7) Briós (1;4;7) | Tejeskávét (1;7) Teavaj (7) Korpás kifli (1;7) | Citromos tea Főtt tojás (3) Vitaminos margarin 20%-os Zsemle (1;6;7) Kígyóborka | Tej 1,5% (7) Vitaminos margarin 20%-os Teljes kiőrlésű kifli (1;3;6;7;11;13) | Citromos tea Kockasajt, natúr (7) Vitaminos margarin 20%-os Teljeskiőrlésű rozsos kenyér (1) | Citromos tea Snidlinges vajkrém (7) Teljeskiőrlésű rozsos kenyér (1) |
| EN:252 ZS:7,3 TZS:3,5 FH:10,2 SZH:37,8 CK:14,1 SO:0,5 | EN:423 ZS:20,9 TZS:10,6 FH:11,6 SZH:46,3 CK:18,8 SO:0,2 | EN:313 ZS:10,4 TZS:3,0 FH:11,3 SZH:38,4 CK:10,1 SO:0,3 | EN:278 ZS:8,2 TZS:3,2 FH:11,8 SZH:38,4 CK:9,4 SO:0,4 | EN:293 ZS:7,6 TZS:3,2 FH:8,5 SZH:46,1 CK:10,5 SO:0,4 | EN:376 ZS:15,2 TZS:9,2 FH:9,5 SZH:48,5 CK:11,5 SO:0,4 |
| Zöldborsóleves (1) Levesbetét tészta (1) Sajtos-zöldséges rakott tészta (1;3;7) Alma | Zöldborsóleves vajas galuskával (1;3;6;7) Szerpenyős burgonya pulykahússal (12) | Sajtkrémleves (7) Sült csirkecomb Rizs köret 1/2 Mexikói párolt zöldség | Zöldséges tarhonyaleves (1;9;12) Fokhagymás csirkeapró Paradicsomos káposzta (1) Teljeskiőrlésű rozsos kenyér (1) | Zellerkrémleves (1;7;9;12) Levesbetét tészta (1) Panírozott halporció (1;3;4) Tartármártás (3;7;10) Rizs köret Mandarin | Daragaluska leves (1;3;9) Csirke gyros Vegyes saláta Rizs köret 1/2 Joghurtos öntet (7;12) Teljeskiőrlésű rozsos kenyér (1) |
| EN:596 ZS:19,1 TZS:8,7 FH:16,2 SZH:76,7 CK:8,4 SO:1,9 | EN:495 ZS:19,3 TZS:3,4 FH:23,3 SZH:51,9 CK:3,5 SO:1,3 | EN:677 ZS:32,9 TZS:13,0 FH:44,4 SZH:50,1 CK:17,0 SO:3,7 | EN:580 ZS:16,1 TZS:3,3 FH:30,6 SZH:74,3 CK:9,6 SO:3,3 | EN:659 ZS:23,9 TZS:5,5 FH:23,6 SZH:86,7 CK:5,9 SO:4,2 | EN:769 ZS:30,4 TZS:5,5 FH:33,0 SZH:87,6 CK:5,4 SO:3,3 |
| Nuttini magyorkrém (1;5;6;7) Vitaminos margarin 20%-os Teljeskiőrlésű rozsos kenyér (1) | Sajtkrém (7) Teljeskiőrlésű rozsos kenyér (1) | Barackos túrókrém (7) Teljeskiőrlésű rozsos kenyér (1) | Trappista sajt (7) Vitaminos margarin 20%-os Korpás zsemle (1;6;7) Tv paprika | Kukoricás pogácsa 5dkg (1;3;7;11;13) Kefír (7) | Túró desszert, natúr (6;7) Alma |
| EN:410 ZS:13,8 TZS:6,2 FH:7,9 SZH:54,5 CK:18,3 SO:0,2 | EN:258 ZS:6,4 TZS:3,7 FH:10,2 SZH:38,5 CK:2,6 SO:0,4 | EN:257 ZS:4,0 TZS:2,2 FH:12,1 SZH:41,8 CK:6,2 SO:0,1 | EN:333 ZS:14,3 TZS:7,6 FH:16,3 SZH:32,0 CK:1,1 SO:1,5 | EN:308 ZS:15,6 TZS:3,4 FH:9,4 SZH:30,2 CK:5,7 SO:0,1 | EN:113 ZS:4,8 TZS:3,4 FH:1,4 SZH:16,0 CK:10,3 SO:0,0 |

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