

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

| Hétfő   | Kedd  | Szerda  | Csütörtök   | Péntek   | Szombat  |
|---|---|---|---|--|--|
| Laktózmentes tej 1,5% (7)<br>Zala felvágott<br>Vénusz margarin natúr 60% csészés 450g<br>Teljeskiőrlésű rozsos kenyér (1) | Laktózmentes tej 1,5% (7)<br>Barack lekvár (mini)<br>Vénusz margarin natúr 60% csészés 450g<br>Teljeskiőrlésű rozsos kenyér (1) | Citromos tea<br>Főtt tojás (3)<br>Vénusz margarin natúr 60% csészés 450g<br>Teljeskiőrlésű rozsos kenyér (1)<br>Kígyóuborka | Laktózmentes tej 1,5% (7)<br>Méz mini<br>Vénusz margarin natúr 60% csészés 450g<br>Teljeskiőrlésű rozsos kenyér (1) | Citromos tea<br>Főtt virsli<br>Teljeskiőrlésű rozsos kenyér (1)  | Laktózmentes tej 1,5% (7)<br>Snidlinges margarin TM<br>Teljeskiőrlésű rozsos kenyér (1)              |
| EN:369 ZS:11,8 TZS:5,3 FH:18,0<br>SZH:46,4 CK:10,2 SO:1,2   | EN:322 ZS:3,8 TZS:2,1 FH:12,8<br>SZH:57,2 CK:20,2 SO:0,3  | EN:323 ZS:6,5 TZS:1,8 FH:13,7<br>SZH:46,4 CK:9,9 SO:0,2   | EN:334 ZS:3,8 TZS:2,1 FH:12,9<br>SZH:62,1 CK:26,5 SO:0,3  | EN:381 ZS:14,6 TZS:4,3 FH:14,0<br>SZH:46,8 CK:9,8 SO:1,4   | EN:381 ZS:15,8 TZS:5,9 FH:12,8<br>SZH:45,6 CK:10,0 SO:0,3  |
| Sertés gulyás leves (1;9;12)<br>Mák szórat<br>Tészta köret (1)<br>Alma  | Zöldborsóleves D (1)<br>Levesbetét tészta (1)<br>Sült kolbász<br>Szerpenyős burgonya D (12)<br>Csemege uborka (10)              | "Tejleves" rizsitalból<br>Levesbetét tészta (1)<br>Sült csirkecomb<br>Bulgur köret (1)<br>Mexikói párolt zöldség            | Tarhonyaleves D (1;9;12)<br>Fokhagymás csirkeapró<br>Paradicsomos káposzta (1)<br>Teljeskiőrlésű rozsos kenyér (1)  | Zeller krémleves (9;12)<br>Levesbetét tészta (1)<br>Hentes sertés tokány D (1;9;10)<br>Párolt rizs D<br>Mandarin | Zöldségleves (1;3;9)<br>Csirke gyros<br>Vegyes saláta<br>Rizs köret 1/2<br>Joghurtos öntet LM (7;12) |
| EN:654 ZS:18,8 TZS:3,0 FH:18,7<br>SZH:99,3 CK:34,4 SO:1,9   | EN:603 ZS:29,8 TZS:8,1 FH:23,3<br>SZH:56,0 CK:4,7 SO:3,8  | EN:693 ZS:18,6 TZS:10,8 FH:53,6<br>SZH:75,2 CK:35,9 SO:2,6  | EN:575 ZS:14,5 TZS:2,6 FH:30,8<br>SZH:76,6 CK:10,1 SO:3,3   | EN:521 ZS:11,8 TZS:4,1 FH:22,9<br>SZH:79,6 CK:3,3 SO:3,7   | EN:495 ZS:25,8 TZS:3,9 FH:23,3<br>SZH:41,8 CK:2,9 SO:3,8   |
| Kenőmájás (6)<br>Teljeskiőrlésű rozsos kenyér (1)   | Sonkás szelet<br>Vénusz margarin natúr 60% csészés 450g<br>Teljeskiőrlésű rozsos kenyér (1)                                     | Gyümölcs saláta<br>Teljeskiőrlésű rozsos kenyér (1)   | Sertéspárizsi<br>Vénusz margarin natúr 60% csészés 450g<br>Teljeskiőrlésű rozsos kenyér (1)                         | Barack lekvár (mini)<br>Vénusz margarin natúr 60% csészés 450g<br>Teljeskiőrlésű rozsos kenyér (1)               | Gesztenye Marci (6)<br>Alma  |
| EN:298 ZS:11,1 TZS:4,2 FH:12,3<br>SZH:36,3 CK:0,7 SO:0,7  | EN:223 ZS:2,8 TZS:0,9 FH:11,6<br>SZH:36,4 CK:0,7 SO:1,0   | EN:258 ZS:1,0 TZS:0,1 FH:7,5<br>SZH:52,9 CK:4,5 SO:0,0  | EN:277 ZS:8,8 TZS:3,3 FH:10,8<br>SZH:37,2 CK:0,7 SO:0,9   | EN:234 ZS:0,8 TZS:0,1 FH:6,8<br>SZH:47,8 CK:10,8 SO:0,0  | EN:124 ZS:9,3 TZS:2,2 FH:0,8<br>SZH:54,5 CK:11,8 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 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.