

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Citromos tea Zala felvágott Kígyóuborka Zsemle Allergén:glutén tej EN:393 SZH:57.8 SÓ:2.0 ZSÍR:10.4 FE:16.2.	Lekvár Margarin Kalács Tej Allergén:glutén kén-dioxid tej tojás EN:500 SZH:70.6 FE:17.1 SÓ:1.2 ZSÍR:16.2.	Gyümölcsstea Snidlinges tojáskrém Lilahagyma Kenyér Allergén:glutén mustár tej tojás EN:336 SZH:55.8 SÓ:1.5 ZSÍR:6.5 FE:13.8.	Tej Csokigolyó Natúr vajkrém Kenyér Allergén:glutén tej EN:568 SZH:88.8 SÓ:2.4 ZSÍR:15.1 FE:18.1.	Citromos tea Natúr sajtkrém Szelet sajt, Zöldhagyma Kenyér Allergén:glutén tej EN:384 SZH:56.0 SÓ:2.1 ZSÍR:10.7 FE:16.2.
Ebéd leves	Magyaros zellerleves Allergén:glutén tojás zeller EN:122 SZH:12.9 SÓ:0.3 ZSÍR:6.4 FE:2.5.	Májgaluskaleves Allergén:glutén tojás EN:239 SZH:22.1 SÓ:0.4 ZSÍR:9.2 FE:16.4.	Lencseleves Allergén:glutén tojás zeller EN:228 SZH:31.2 SÓ:0.1 ZSÍR:5.9 FE:12.1.	Csontleves Allergén:glutén tojás zeller EN:97 SZH:13.7 SÓ:0.7 ZSÍR:2.5 FE:4.4.	Burgonyaleves Allergén:glutén EN:188 SZH:29.9 SÓ:0.6 ZSÍR:5.4 FE:4.2.
Ebéd A menü	Tejszínes - kukoricás tokány Párolt rizs Mandarin Allergén:glutén tej EN:478 SZH:77.0 SÓ:0.5 ZSÍR:5.6 FE:28.6.	Parajfőzelék Főtt tojás Főtt burgonya Allergén:glutén tej tojás EN:590 SZH:70.0 SÓ:1.5 ZSÍR:20.6 FE:29.2.	Diós tészta Allergén:diófélék glutén tojás EN:592 SZH:79.2 SÓ:0.8 ZSÍR:22.9 FE:16.6.	Lecsós halfilé Párolt rizs Allergén:glutén halak EN:431 SZH:69.3 SÓ:0.4 ZSÍR:6.8 FE:22.3.	Grízes tészta Gyümölcslekvár Alma Allergén:glutén kén-dioxid tojás EN:518 SZH:100.4 SÓ:0.5 ZSÍR:6.7 FE:12.8.
Ebéd B menü	Olaszos tészta Mandarin Allergén:glutén tej tojás EN:409 SZH:47.4 SÓ:1.3 ZSÍR:15.9 FE:17.8.	Tarhonyás sertéshús Ecetes paprika Allergén:glutén kén-dioxid mustár tojás EN:547 SZH:40.6 SÓ:2.0 ZSÍR:30.4 FE:26.7.	Sütőtökös serpenyős krumpli Céklasaláta EN:625 SZH:47.0 SÓ:1.6 ZSÍR:45.7 FE:4.9.	Rozmaringos pulykasült Csöbensült zöldség Allergén:glutén tej EN:329 SZH:37.7 SÓ:1.3 ZSÍR:11.1 FE:18.7.	Káposztás tészta Alma Allergén:glutén tojás EN:517 SZH:90.9 SÓ:0.8 ZSÍR:10.3 FE:13.9.
Vacsora	Gombapaprikás Házi galuska Allergén:glutén tej tojás EN:549 SZH:74.9 SÓ:0.8 ZSÍR:18.7 FE:19.4.	Cigánypecsenye Sárgarépás rizs Friss vegyes saláta Allergén:glutén EN:595 SZH:56.6 SÓ:1.0 ZSÍR:30.2 FE:24.1.	Töltött kifli Gyümölcsjoghurt Allergén:glutén mustár szója tej EN:599 SZH:68.9 SÓ:1.9 ZSÍR:22.4 FE:29.3.	Gyümölcsstea Főtt debreceni Mustár, Ketchup Kenyér Allergén:glutén mustár szója zeller EN:731 SZH:70.7 SÓ:5.2 ZSÍR:36.3 FE:29.6.	

Beszerzéstől függően az étlap változhat.

Élelmezésvezető

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata (EN:energia, kcal/adag;SZH:szénhidrát, g/adag; SÓ:sótartalom,g/adag;ZSÍR:zsírtartalom,g/adag)

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Citromos tea Olasz felvágott Hónapos retek Kenyér Allergén:glutén szója EN:401 SZH:49.1 SÓ:3.1 ZSÍR:15.9 FE:14.6.	Tej Mogyorókrém Zsemle Allergén:diófélék glutén szója tej EN:502 SZH:76.4 SÓ:1.3 ZSÍR:13.5 FE:18.0.	Gyümölcsstea Margarin méz Kalács Allergén:glutén tej tojás EN:436 SZH:71.7 SÓ:0.9 ZSÍR:12.5 FE:8.4.	Tejbegríz Fahéjas szórat Allergén:glutén tej EN:389 SZH:76.0 SÓ:0.6 ZSÍR:4.1 FE:11.4.	
Ebéd leves	Magyaros rizsleves Allergén:zeller EN:110 SZH:13.6 SÓ:0.7 ZSÍR:5.1 FE:1.9.	Fahéjas szilvaleves Allergén:glutén tej EN:130 SZH:21.4 SÓ:0.1 ZSÍR:3.4 FE:2.4.	Póréhagyma krémleves Allergén:glutén tej EN:116 SZH:15.3 SÓ:0.2 ZSÍR:5.5 FE:1.8.	Reszelt sárgarépa leves Allergén:glutén tej EN:125 SZH:15.2 SÓ:0.5 ZSÍR:5.1 FE:4.0.	Munkaszüneti nap
Ebéd A menü	Majorannás burgonyafőzelék Vagdalt Alma Allergén:glutén tej tojás EN:613 SZH:74.8 SÓ:1.5 ZSÍR:24.4 FE:21.6.	Debreceni tokány Tészta köret Allergén:glutén szója tej EN:851 SZH:68.4 SÓ:0.9 ZSÍR:50.2 FE:30.3.	Krinolin pörkölt Házi galuska Csalamádé Allergén:glutén kén-dioxid mustár szója tojás EN:547 SZH:70.7 SÓ:2.2 ZSÍR:20.4 FE:19.0.	Pírtott csirkemell Párolt rizs Zeller mártás Allergén:glutén tej zeller EN:588 SZH:76.7 SÓ:1.1 ZSÍR:15.8 FE:33.2.	
Ebéd B menü	Spenótos - sajtos penne Alma Allergén:glutén tej tojás EN:498 SZH:85.2 SÓ:0.7 ZSÍR:10.9 FE:14.0.	Hagymaágyon sült oldalas Fűszeres burgonya Párolt káposzta EN:980 SZH:82.3 SÓ:2.3 ZSÍR:61.8 FE:20.8.	Rakott karfiol Allergén:glutén tej EN:452 SZH:31.1 SÓ:0.9 ZSÍR:27.0 FE:20.7.	Rántott sertésmáj Karfiolos burgonyapüré Savanyú paprika Allergén:glutén kén-dioxid mustár tej tojás EN:614 SZH:69.9 SÓ:2.4 ZSÍR:23.2 FE:29.7.	
Vacsora	Citromos tea Morzsás nudli Fahéjas tejföl Allergén:glutén tej tojás EN:725 SZH:133.2 SÓ:1.1 ZSÍR:12.2 FE:18.3.	Zöldborsófőzelék Tojásrántotta Allergén:glutén tej tojás EN:556 SZH:43.1 SÓ:0.7 ZSÍR:28.3 FE:31.1.	Baromfi felvágott Baromfi májas Lilahagyma, Kenyér Narancs, Citromos tea Allergén:glutén mustár szója EN:528 SZH:64.3 SÓ:2.8 ZSÍR:21.2 FE:18.6.		

Beszerzéstől függően az étlap változhat.

Élelmezésvezető

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata (EN:energia, kcal/adag;SZH:szénhidrát, g/adag; SÓ:sótartalom,g/adag;ZSÍR:zsírtartalom,g/adag)

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Citromos tea Tavaszi felvágott Hónapos retek Félbarna kenyér Allergén:glutén szója EN:305 SZH:49.1 SÓ:2.0 ZSÍR:6.5 FE:11.7.	Tej Müzli Natúr vajkrém Kenyér Allergén:diófélék földimogyoró glutén szezámmag szója tej EN:536 SZH:84.7 SÓ:1.5 ZSÍR:12.0 FE:21.4.	Gyümölcsstea Körözött Kígyóborka Zsemle Allergén:glutén tej EN:355 SZH:60.1 SÓ:1.1 ZSÍR:5.3 FE:15.6.	Karamellás tej Fonotkka Margarin Allergén:glutén tej tojás EN:360 SZH:32.5 SÓ:1.1 ZSÍR:19.4 FE:13.3.	Citromos tea Szezámmagos margarin Zöldhagyma Zsemle Allergén:glutén szezámmag tej EN:364 SZH:62.3 SÓ:1.2 ZSÍR:8.6 FE:9.8.
Ebéd leves	Burgonyagombóc leves Allergén:glutén tej tojás zeller EN:173 SZH:21.5 SÓ:0.5 ZSÍR:6.9 FE:5.6.	Paradicsomleves Allergén:glutén zeller EN:166 SZH:24.5 SÓ:0.9 ZSÍR:5.6 FE:3.9.	Karalábékrémleves Allergén:glutén tej zeller EN:163 SZH:15.3 SÓ:0.4 ZSÍR:9.6 FE:3.6.	Reszelttészta leves Allergén:glutén tojás zeller EN:163 SZH:21.3 SÓ:0.3 ZSÍR:6.3 FE:4.7.	Káposztás bableves Allergén:zeller EN:161 SZH:26.5 SÓ:0.5 ZSÍR:2.6 FE:9.2.
Ebéd A menü	Felesborsó főzelék Fasírozott Mandarin Allergén:glutén tojás EN:672 SZH:73.0 SÓ:1.3 ZSÍR:27.6 FE:31.3.	Gyros Sült burgonya Oregánós öntet Allergén:tej EN:775 SZH:55.4 SÓ:1.5 ZSÍR:49.2 FE:25.6.	Sertésrizottó Házi vegyes savanyúság Allergén:tej EN:614 SZH:54.1 SÓ:1.2 ZSÍR:30.3 FE:27.6.	Párizsi szelet Hagymás tört burgonya Házi vegyes savanyúság Allergén:glutén tej tojás EN:549 SZH:58.6 SÓ:0.8 ZSÍR:21.1 FE:26.5.	Sajtos - tejfölös tészta Alma Allergén:glutén tej tojás EN:601 SZH:67.0 SÓ:0.9 ZSÍR:25.0 FE:25.7.
Ebéd B menü	Túrós tészta Mandarin Allergén:glutén tej tojás EN:556 SZH:71.3 SÓ:0.9 ZSÍR:17.8 FE:26.4.		Zöldfűszeres hal csipsz Zöldborsós köles Tartármártás Allergén:halak mustár tej tojás EN:705 SZH:56.6 SÓ:1.3 ZSÍR:40.5 FE:27.1.	Chilis bab Allergén:glutén EN:388 SZH:45.9 SÓ:0.3 ZSÍR:9.9 FE:28.2.	Baracklekváros gombóc Fahéjas szórat Alma Allergén:glutén tojás EN:699 SZH:136.5 SÓ:1.0 ZSÍR:9.0 FE:14.9.
Vacsora	Hentestokány Párolt rizs Alma Allergén:glutén mustár EN:496 SZH:71.3 SÓ:0.5 ZSÍR:15.9 FE:15.9.	Citromos tea Sonkás, sajtos-tejszínes tészta, kakukkfűvel Allergén:glutén szója tej tojás EN:622 SZH:55.6 SÓ:0.9 ZSÍR:25.8 FE:40.8.	Tejberizs Fahéjas szórat Banán Allergén:tej EN:423 SZH:86.8 SÓ:0.5 ZSÍR:3.3 FE:10.5.	Citromos tea Löncs felvágott Savanyú uborka Kenyér, Túró rudi Allergén:glutén kén-dioxid mustár szója tej EN:457 SZH:60.9 SÓ:4.1 ZSÍR:15.2 FE:18.0.	

Beszerzéstől függően az étlap változhat.

Élelmezésvezető

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata (EN:energia, kcal/adag;SZH:szénhidrát, g/adag; SÓ:sótartalom,g/adag;ZSÍR:zsírtartalom,g/adag)

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Citromos tea Főtt virsli Mustár, Ketchup Zsemle Allergén:glutén mustár szója zeller EN:631 SZH:79.4 SÓ:3.9 ZSÍR:23.9 FE:23.9.	Tej Margarin Szelet sajt Kenyér Allergén:glutén tej EN:427 SZH:50.9 SÓ:2.3 ZSÍR:15.0 FE:21.2.	Gyümölcsstea Natúr sajtkrém Kígyóborka Félbarna kenyér Allergén:glutén tej EN:291 SZH:50.4 SÓ:1.6 ZSÍR:5.2 FE:9.9.	Kakaó Margarin Kalács Allergén:glutén tej tojás EN:491 SZH:73.9 SÓ:1.1 ZSÍR:13.7 FE:17.1.	Citromos tea Petrezselymes margarin Főtt tojás Félbarna kenyér Allergén:glutén tej tojás EN:487 SZH:47.5 SÓ:2.0 ZSÍR:20.8 FE:26.6.
Ebéd leves	Legényfogó leves Allergén:glutén mustár tej zeller EN:217 SZH:13.2 SÓ:0.2 ZSÍR:9.2 FE:20.0.	Zöldségkrémleves Pirított zsemlekocka Allergén:glutén tej EN:187 SZH:26.4 SÓ:0.7 ZSÍR:6.6 FE:4.7.	Magyaros gombaleves Allergén:glutén tojás EN:131 SZH:11.5 SÓ:0.5 ZSÍR:7.2 FE:4.5.	Vegyes gyümölcsleves Allergén:glutén tej EN:171 SZH:31.6 SÓ:0.2 ZSÍR:3.6 FE:2.2.	Burgonyaleves Allergén:glutén EN:188 SZH:29.9 SÓ:0.6 ZSÍR:5.4 FE:4.2.
Ebéd A menü	Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonya Allergén:glutén tojás zeller EN:630 SZH:93.6 SÓ:1.5 ZSÍR:16.6 FE:24.8.	Milánói makaróni Mandarin Allergén:glutén tej tojás EN:684 SZH:76.5 SÓ:0.9 ZSÍR:27.6 FE:30.7.	Zöldbabfőzelék Sült csirkemáj Allergén:glutén tej EN:444 SZH:28.9 SÓ:1.0 ZSÍR:23.6 FE:27.8.	Natúr csirkecomb csíkok Sajtmártás Tészta köret Allergén:glutén tej EN:745 SZH:75.7 SÓ:1.4 ZSÍR:32.2 FE:37.2.	Sajtos pogácsa Alma Allergén:glutén tej tojás EN:481 SZH:55.4 SÓ:0.9 ZSÍR:21.9 FE:14.7.
Ebéd B menü	Spenótos spagetti sajttal Allergén:glutén tej tojás EN:405 SZH:53.7 SÓ:0.9 ZSÍR:12.2 FE:19.5.	Ananászos pulykaragu Zöldséges rizs Mandarin Allergén:glutén EN:453 SZH:77.6 SÓ:0.7 ZSÍR:6.5 FE:18.8.	Paprikáskrumpli kolbásszal Céklasaláta Allergén:szója EN:341 SZH:46.8 SÓ:1.5 ZSÍR:12.4 FE:9.3.	Petőfi rostélyos Főtt burgonya Allergén:glutén EN:447 SZH:54.1 SÓ:1.0 ZSÍR:14.8 FE:22.8.	Mákos nudli Vaníliás öntet Alma Allergén:glutén tej tojás EN:784 SZH:128.7 SÓ:1.0 ZSÍR:25.1 FE:26.4.
Vacsora	Sajtos pizza Alma Allergén:glutén tej tojás zeller EN:469 SZH:57.5 SÓ:0.6 ZSÍR:18.0 FE:18.4.	Fokhagymás kukoricafőzelék Főtt tojás Allergén:glutén tej tojás EN:610 SZH:62.7 SÓ:1.6 ZSÍR:28.5 FE:25.0.	Citromos tea Hamburger Allergén:glutén mustár tej tojás EN:371 SZH:44.1 SÓ:0.8 ZSÍR:13.3 FE:18.1.	Gyümölcsstea Füstölt kolbász Margarin, Hónapos retek Kenyér Allergén:glutén EN:458 SZH:49.2 SÓ:2.7 ZSÍR:20.9 FE:17.3.	

Beszerzéstől függően az étlap változhat.

Élelmezésvezető

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata (EN:energia, kcal/adag;SZH:szénhidrát, g/adag; SÓ:sótartalom,g/adag;ZSÍR:zsírtartalom,g/adag)