

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Citromos tea Májkrém (2,6) Zöldhagyma Kenyér (1)  EN:356 SZH:55.6 SÓ:1.9 ZSÍR:9.0 FE:13.7.	Kakaó (7) Fonott kalács (1,3,7) Margarin  EN:547 SZH:80.9 SÓ:1.3 ZSÍR:16.0 FE:18.9.	Gyümölcsstea Natúr sajtkrém (7) Főtt tojás (3) Félbarna kenyér (1)  EN:447 SZH:49.7 SÓ:2.0 ZSÍR:17.2 FE:22.6.	Vaníliás tej (7) méz Margarin Zsemle (1)  EN:480 SZH:86.1 SÓ:1.5 ZSÍR:8.4 FE:14.1.	Citromos tea Kapros túrókrém (7) Kígyóborka Teljes kiőrlésű bagett (1)  EN:366 SZH:62.5 SÓ:1.5 ZSÍR:4.7 FE:6.3.
Ebéd leves	Tárkonyos sertésragu leves (1,3,9)  EN:244 SZH:7.3 SÓ:0.8 ZSÍR:18.3 FE:12.0.	Zöldségleves (1,3,9)  EN:109 SZH:12.3 SÓ:0.3 ZSÍR:5.4 FE:2.4.	Ivólé  EN:97 SZH:13.7 FE:4.4.	Paradicsomleves (1,9)  EN:166 SZH:24.5 SÓ:0.9 ZSÍR:5.6 FE:3.9.	Bableves (1,3,9)  EN:441 SZH:36.9 SÓ:0.7 ZSÍR:22.5 FE:21.8.
Ebéd A menü	Zöldborsófőzelék (1,7) Fasírozott (1,3)  EN:632 SZH:59.5 SÓ:1.0 ZSÍR:28.6 FE:32.8.	Rántott sertésszelet (1,3) Párolt rizs Ecetes paprika (2,12,15)  EN:568 SZH:71.6 SÓ:1.7 ZSÍR:17.8 FE:29.4.	Bácskai rizseshús Savanyúság (12,15)  EN:589 SZH:62.9 SÓ:1.3 ZSÍR:27.6 FE:21.5.	Tepsis burgonya Házi vegyes savanyúság  EN:338 SZH:41.5 SÓ:1.1 ZSÍR:11.6 FE:13.0 HCK:1.0.	Mákos tészta (1,3) Porcukor  EN:644 SZH:102.2 SÓ:0.8 ZSÍR:18.2 FE:17.1.
Ebéd B menü	Bolognai spagetti (1,3,7) Reszelt sajt (7)  EN:590 SZH:54.1 SÓ:1.5 ZSÍR:28.2 FE:29.1.	Hal párizsi bundában (1,3,4,7) Burgonyapüré (7) Friss vegyes saláta  EN:609 SZH:60.0 SÓ:1.2 ZSÍR:27.7 FE:29.0.	Kapros-cukkinis csirketokány tésztával (1,7)  EN:631 SZH:88.0 SÓ:0.3 ZSÍR:19.7 FE:24.2.	Karalábefőzelék (1,7) Sült csirkeszárnny  EN:335 SZH:30.2 SÓ:1.5 ZSÍR:13.9 FE:21.3.	Spenótos - tejszínes tagletti (1,7) Reszelt sajt (7)  EN:702 SZH:70.1 SÓ:1.4 ZSÍR:35.0 FE:32.5.
Vacsora	Sült baromfipálca (1,6) Savanyúság (12,15) Ketchup (9) Kenyér (1) Citromos tea  EN:520 SZH:61.8 SÓ:3.5 ZSÍR:20.8 FE:20.9.	Túrós tészta (1,3,7) Porcukor Banán  EN:699 SZH:106.7 SÓ:0.9 ZSÍR:17.7 FE:27.1.	Majorannás burgonyafőzelék (1,7) Fokhagymás sertéssült Alma  EN:509 SZH:59.3 SÓ:1.6 ZSÍR:17.5 FE:26.8.	Citromos tea Olasz felvágott (1,6) Szelet sajt (7) Zöldpaprika Margarin Félbarna kenyér (1)  EN:618 SZH:59.9 SÓ:3.8 ZSÍR:30.8 FE:23.9.	

Allergének: 1 glutén,2 mustár,3 tojás,4 halak,5 földimogyoró,6 szója,7 tej,8 diófélék,9 zeller,10 rákfélék,11 szezám,12 kén-dioxid,13 csillagfürt,14 puhatestűek, 15 édesítőszer

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,TZS:telített zsírsav g/adag,HCK:hozzáadott cukor g/adag)

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Citromos tea Natúr sajtkrém (7) Hónapos retek Kenyér (1)  EN:294 SZH:51.4 SÓ:1.7 ZSÍR:5.0 FE:10.1.	Tejeskávé (7) Kalács (1,3,7) Lekvár (12) Margarin  EN:578 SZH:89.9 SÓ:1.2 ZSÍR:16.2 FE:17.3.	Erdei gyümölcsstea Kolbászkrém (7) Zölduborka Zsemle (1)  EN:363 SZH:57.0 SÓ:1.8 ZSÍR:9.2 FE:11.9.	Karamellás tej (7) Kukoricapehely  EN:391 SZH:69.2 SÓ:0.6 ZSÍR:8.8 FE:10.4.	Citromos tea Édes túrókrém (7) Félbarna kenyér (1)  EN:297 SZH:49.9 ZSÍR:4.0 FE:14.6 SÓ:1.2.
Ebéd leves	Daragaluska leves (1,3,9)  EN:153 SZH:19.8 SÓ:0.7 ZSÍR:6.2 FE:3.9.	Tejszínes almaleves (1,6,7)  EN:143 SZH:23.3 SÓ:0.2 ZSÍR:4.1 FE:2.3.	Ivólé  EN:97 SZH:13.7 FE:4.4.	Tavaszi leves (1,3,9)  EN:111 SZH:12.4 SÓ:0.3 ZSÍR:5.5 FE:2.7.	Hamis gulyásleves (1,3,9)  EN:346 SZH:24.2 SÓ:0.3 ZSÍR:20.9 FE:14.4.
Ebéd A menü	Felesborsó főzelék (1) Sertéspörkölt  EN:665 SZH:48.9 SÓ:1.4 ZSÍR:35.6 FE:36.4.	Csirkepaprikás (1,7) Csavart tészta (1,3,7)  EN:605 SZH:64.1 SÓ:1.1 ZSÍR:23.1 FE:34.1.	Rántott gomba (1,3) Petrezselymes rizs Tartármártás (2,3,7)  EN:788 SZH:99.6 SÓ:0.8 ZSÍR:34.8 FE:17.4.	Babfőzelék (1,7) Natúr csirkecomb csíkok (1)  EN:559 SZH:56.6 SÓ:1.2 ZSÍR:19.9 FE:37.5.	Szilvalekváros gombóc (1,3,12) Fahéjas szórát  EN:393 SZH:85.1 SÓ:0.5 ZSÍR:1.2 FE:8.8.
Ebéd B menü	Székelykáposzta (1,7)  EN:347 SZH:11.5 SÓ:0.9 ZSÍR:26.0 FE:16.2.	Burgonyás tészta (1,3) Idénysaláta  EN:495 SZH:83.5 SÓ:0.9 ZSÍR:10.7 FE:14.3.	Paradicsomos húsgombóc (1,3,9) Főtt burgonya  EN:630 SZH:93.6 SÓ:1.5 ZSÍR:16.6 FE:24.8.	Vadas szelet (1,2,7,9) Spagetti tészta (1,3)  EN:992 SZH:89.6 SÓ:1.1 ZSÍR:54.9 FE:33.1.	Káposztás tészta (1,3) Porcukor  EN:563 SZH:103.9 SÓ:0.8 ZSÍR:9.9 FE:13.5.
Vacsora	Milánói makaróni (1,3,7) Narancs  EN:691 SZH:77.9 SÓ:0.9 ZSÍR:27.6 FE:30.8.	Citromos tea Sült kolbász Petrezselymes burgonya Majonéz káposztasaláta (2,3,7)  EN:706 SZH:72.6 SÓ:2.4 ZSÍR:62.7 FE:22.6.	Kapros zöldbabfőzelék (1) Tojásrántotta (3) Alma  EN:503 SZH:40.9 SÓ:1.2 ZSÍR:27.1 FE:22.7.	Felvágott (6) Margarin,Szelet sajt (7) Zöldpaprika,Kenyér (1) Túró rudi (6,7) Citromos tea  EN:587 SZH:60.7 SÓ:3.1 ZSÍR:27.5 FE:22.7.	

lergének: 1 glutén,2 mustár,3 tojás,4 halak,5 földimogyoró,6 szója,7 tej,8 diófélék,9 zeller,10 rákfélék,11 szezám,12 kén-dioxid,13 csillagfűt,14 puhatestűek,15 édesítőszer  
Beszerzéstől függően az étlap változhat.

Élelmezésvezető

artalom jelölés magyarázata ( EN:energia, kcal/adag;SZH:szénhidrát, g/adag; SÓ:sótartalom,g/adag;ZSÍR:zsírtartalom,g/adag,TZS:telített zsírsav g/adag,HCK:hozzáadott cukor)

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Citromos tea Sajtos párizsi (1,6,7) Margarin Zöldpaprika Teljes kiőrlésű kenyér (1)  EN:336 SZH:41.4 SÓ:1.6 ZSÍR:13.7 FE:11.3.	Tejbegríz (1,7) Fahéjas szórát Natúr vajkrém (7) Kígyóborka Kenyer (1)  EN:679 SZH:125.1 SÓ:1.8 ZSÍR:10.6 FE:19.5.	Citromos tea Natúr sajtkrém (7) Paradicsom Kornspitz kifli (1)  EN:364 SZH:63.4 SÓ:1.7 ZSÍR:6.0 FE:13.2.	Tejeskávé (7) Margarin Kajszi lekvár (12) Fonott kalács (1,3,7)  EN:671 SZH:105.9 SÓ:1.4 ZSÍR:18.5 FE:19.3.	Gyümölcsstea Körözött (7) Hónapos retek Teljes kiőrlésű bagett (1)  EN:387 SZH:63.1 SÓ:1.2 ZSÍR:5.8 FE:8.0.
Ebéd leves	Vegyes zöldségleves (1,3,9)  EN:100 SZH:10.2 SÓ:0.5 ZSÍR:5.4 FE:2.3.	Zelleres paradicsomleves (1,9)  EN:166 SZH:24.5 SÓ:0.9 ZSÍR:5.6 FE:3.9.	Ivólé  EN:97 SZH:13.7 FE:4.4.	Csirkehúsleves (9)  EN:100 SZH:5.4 SÓ:0.8 ZSÍR:2.0 FE:14.9.	Frankfurti leves (1,2,6,7)  EN:287 SZH:17.8 SÓ:0.8 ZSÍR:18.7 FE:11.4.
Ebéd A menü	Tejszínes - kukoricás tokány (1,7) Tészta köret (1)  EN:552 SZH:68.2 SÓ:0.5 ZSÍR:16.4 FE:32.2.	Gyros Steak burgonya (2,9) Friss vegyes saláta Kapros öntet (7)  EN:739 SZH:58.3 SÓ:1.6 ZSÍR:43.7 FE:26.8.	Túrógombóc (1,3,7) Fahéjas tejföl (7)  EN:582 SZH:60.6 SÓ:0.7 ZSÍR:25.1 FE:27.4.	Rakott karfiol (1,7) Tejföl (7)  EN:516 SZH:33.2 SÓ:1.0 ZSÍR:32.5 FE:22.1.	Piskóta (1,3) Csoki öntet (7)  EN:331 SZH:52.5 SÓ:0.2 ZSÍR:8.1 FE:11.3.
Ebéd B menü	Lencsefőzelék (1,2,7) Sült sertés csíkok  EN:728 SZH:53.0 SÓ:1.1 ZSÍR:39.4 FE:39.1.		Chilis bab (1)  EN:388 SZH:45.9 SÓ:0.3 ZSÍR:9.9 FE:28.2.	Gyümölcsmártás (1,7) Főtt csirkecomb Pírtott dara (1)  EN:869 SZH:103.7 SÓ:0.9 ZSÍR:37.3 FE:27.4.	Spenót (1,7) Főtt tojás (3) Főtt burgonya  EN:590 SZH:70.0 SÓ:1.3 ZSÍR:20.6 FE:29.2.
Vacsora	Citromos tea Pizza (1,3,7) Banán  EN:697 SZH:103.8 SÓ:0.8 ZSÍR:18.2 FE:28.1.	Olaszos tészta (1,3,7) Reszelt sajt (7) Alma Citromos tea  EN:553 SZH:56.1 SÓ:2.0 ZSÍR:24.5 FE:25.9.	Csirkefasírt (1,3) Párolt rizs Uborkasaláta  EN:533 SZH:86.9 SÓ:1.3 ZSÍR:8.8 FE:25.6.	Gyümölcsstea Felvágott (6) Natúr vajkrém (7) Zöldhagyma Félbarna kenyér (1) Túró rudi (6,7)  EN:529 SZH:63.3 SÓ:2.3 ZSÍR:22.8 FE:17.6.	

Allergének: 1 glutén,2 mustár,3 tojás,4 halak,5 földimogyoró,6 szója,7 tej,8 diófélék,9 zeller,10 rákfélék,11 szezám,12 kén-dioxid,13 csillagfűrt,14 puhatestűek, 15 édesítőszer

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,TZS:telített zsírsav g/adag,HCK:hozzáadott cukor g/adag)

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Citromos tea Pritaminos felvágott (1,6) Margarin Zsemle (1) Zöldpaprika  EN:413 SZH:59.8 SÓ:2.0 ZSÍR:12.1 FE:14.5.	Kakaó (7) Fonottka (1,3,7) Margarin  EN:330 SZH:29.8 SÓ:1.1 ZSÍR:16.9 FE:14.0.	Gyümölcstea Margarin méz Kenyér (1)  EN:337 SZH:63.7 SÓ:1.5 ZSÍR:5.7 FE:7.2.	Tej (7) Baromfi felvágott (1,6) Margarin Kígyóborka Teljes kiőrlésű zsemle (1)  EN:549 SZH:65.4 SÓ:2.6 ZSÍR:19.4 FE:16.0.	Citromos tea Főtt tojás szelet (3) Margarin Zöldpaprika Kenyér (1)  EN:300 SZH:49.9 ZSÍR:6.9 FE:9.1 SÓ:1.5.
Ebéd leves	Kapros sertésragu leves (1,3,9)  EN:244 SZH:7.3 SÓ:0.8 ZSÍR:18.3 FE:12.0.	Fokhagymakrémleves (1,7)  EN:134 SZH:9.9 SÓ:0.5 ZSÍR:9.3.	Ivólé  EN:97 SZH:13.7 FE:4.4.	Csontleves (1,3,9)  EN:97 SZH:13.7 SÓ:0.7 ZSÍR:2.5 FE:4.4.	Magyaros lencseleves (1,3,9)  EN:351 SZH:32.6 SÓ:0.7 ZSÍR:15.9 FE:18.9.
Ebéd A menü	Paprikáskrumpli kolbásszal (6) Káposztasaláta  EN:371 SZH:54.1 SÓ:1.7 ZSÍR:12.5 FE:9.3.	Rántott csirkecomb filé (1,3) Majonéz kukoricasaláta (2,3,7)  EN:745 SZH:71.0 SÓ:1.3 ZSÍR:35.6 FE:33.9.	Majorannás burgonyafőzelék (1,7) Sült kolbász  EN:507 SZH:50.9 SÓ:2.2 ZSÍR:24.8 FE:18.6.	Gyömbéres-mustáros csirkecomb csíkok (2) Burgonyapüré (7) Savanyú uborka (2,12,15)  EN:665 SZH:78.4 SÓ:3.7 ZSÍR:24.1 FE:31.3.	Baracklekváros gombóc (1,3) Fahéjas szórat  EN:665 SZH:129.5 SÓ:1.0 ZSÍR:8.6 FE:14.5.
Ebéd B menü	Túrós tészta (1,3,7) Porcukor  EN:594 SZH:82.5 SÓ:0.9 ZSÍR:17.6 FE:25.8.	Mákos tészta (1,3) Porcukor  EN:644 SZH:102.2 SÓ:0.8 ZSÍR:18.2 FE:17.1.	Zúzapörkölt Párolt rizs Idénysaláta  EN:485 SZH:74.0 SÓ:1.2 ZSÍR:10.5 FE:22.6.	Tarhonyás sertéshús (1,3) Savanyú uborka (2,12,15)  EN:542 SZH:40.0 SÓ:2.8 ZSÍR:30.2 FE:26.4.	Zöldfűszeres hal csipsz (4) Párolt zöldborsó Párolt rizs Tartármártás (2,3,7)  EN:895 SZH:96.7 SÓ:1.4 ZSÍR:38.9 FE:37.5.
Vacsora	Vagdalt (1,3) Petrezselymes rizs Párolt vegyes zöldség (7) Citromos tea  EN:860 SZH:123.0 SÓ:1.8 ZSÍR:27.4 FE:28.4.	Sajtos pizza (1,3,7,9) Narancs  EN:484 SZH:60.7 SÓ:0.6 ZSÍR:17.8 FE:18.7.	Gyümölcstea Sült sertésszelet (1) Köményes burgonya Savanyú uborka (2,12,15)  EN:540 SZH:61.8 SÓ:2.6 ZSÍR:18.7 FE:28.9.	Citromos tea Felvágott (6) Paradicsom Zöldpaprika Félbarna kenyér (1) Banán  EN:487 SZH:75.4 SÓ:2.3 ZSÍR:13.4 FE:14.9.	

Allergének: 1 glutén,2 mustár,3 tojás,4 halak,5 földimogyoró,6 szója,7 tej,8 diófélék,9 zeller,10 rákfélék,11 szezám,12 kén-dioxid,13 csillagfürt,14 puhatestűek, 15 édesítőszer

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,TZS:telített zsírsav g/adag,HCK:hozzáadott cukor g/adag)