

	Hétfő 03.09	Kedd 03.10	Szerda 03.11	Csütörtök 03.12	Péntek 03.13
tízórai	Forralt 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; Barack lekvár (12) EN:108.60 kJ; 25.65 kcal; FH:0.03 g; SZH:6.00 g; ZS:0.07 g; SÓ:0.00 mg; CK:5.25 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; 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;	Gyümölcs tea (12) EN:123.58 kJ; 29.57 kcal; FH:0.02 g; SZH:7.17 g; ZS:0.01 g; TZS:0.00 g; SÓ:0.00 mg; CK:7.04 g; Zöldfűszeres túrókrém (7;10;12) EN:186.05 kJ; 44.43 kcal; FH:2.68 g; SZH:1.04 g; ZS:3.28 g; TZS:1.58 g; SÓ:0.31 mg; CK:0.58 g; Zsemle, vizes Paning Kft. (1) 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; CK:0.25 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;	Tejeskávé (1;5;7) EN:497.07 kJ; 117.93 kcal; FH:6.25 g; SZH:16.57 g; ZS:3.01 g; TZS:2.00 g; SÓ:0.27 mg; CK:16.57 g; Briós (1;3;6;7;8;9;10;11) EN:881.00 kJ; 208.50 kcal; FH:4.85 g; SZH:38.15 g; ZS:3.80 g; TZS:1.90 g; SÓ:0.00 mg; CK:14.00 g;	Citromos tea (1;12) EN:134.57 kJ; 32.21 kcal; FH:0.15 g; SZH:7.41 g; ZS:0.04 g; SÓ:0.00 mg; CK:7.10 g; Padlizsánkrém (3;8;9;10;12) EN:190.88 kJ; 45.67 kcal; FH:0.24 g; SZH:0.51 g; ZS:4.70 g; TZS:0.60 g; SÓ:0.30 mg; CK:0.05 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; Lilahagyma (12) EN:33.09 kJ; 7.92 kcal; FH:0.24 g; SZH:1.66 g; ZS:0.02 g; SÓ:0.00 mg; CK:1.01 g;	Citromos tea (1;12) EN:134.57 kJ; 32.21 kcal; FH:0.15 g; SZH:7.41 g; ZS:0.04 g; SÓ:0.00 mg; CK:7.10 g; Sajtkrém natúr (7) EN:133.80 kJ; 32.20 kcal; FH:2.20 g; SZH:0.84 g; ZS:2.20 g; TZS:1.38 g; SÓ:0.25 mg; CK:0.72 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; Kápia paprika EN:25.80 kJ; 6.17 kcal; FH:0.20 g; SZH:1.21 g; ZS:0.06 g; TZS:0.01 g; SÓ:0.00 mg; CK:0.84 g;
ebéd	Álföldi leves (1;3;6;7;9;10;12) EN:258.54 kJ; 62.12 kcal; FH:1.59 g; SZH:8.76 g; ZS:2.27 g; TZS:0.25 g; SÓ:0.67 mg; CK:0.91 g; Ústös káposzta (1;6;7;9;10;12) EN:981.72 kJ; 235.21 kcal; FH:10.05 g; SZH:13.35 g; ZS:15.62 g; TZS:5.54 g; SÓ:2.34 mg; CK:1.50 g; Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:322.81 kJ; 77.22 kcal; FH:3.03 g; SZH:14.97 g; ZS:0.54 g; TZS:0.09 g; SÓ:0.35 mg;	Zellerkrémleves (1;6;7;9;10;12) EN:451.32 kJ; 108.49 kcal; FH:2.13 g; SZH:9.32 g; ZS:6.77 g; TZS:1.95 g; SÓ:0.60 mg; CK:1.34 g; Pírtott napraforgómag (8;11;12) EN:243.67 kJ; 58.29 kcal; FH:2.25 g; SZH:1.23 g; ZS:4.90 g; TZS:0.52 g; SÓ:0.00 mg; CK:0.27 g; Mexikói sertés ragu (1;9;12) EN:963.12 kJ; 230.84 kcal; FH:11.97 g; SZH:13.99 g; ZS:14.09 g; TZS:4.21 g; SÓ:0.63 mg; CK:2.11 g; Bulgur (1;12) EN:1008.25 kJ; 241.80 kcal; FH:7.38 g; SZH:45.60 g; ZS:4.80 g; TZS:0.58 g; SÓ:0.52 mg; CK:0.62 g;	Tejfölös karfiolleves (1;3;7;12) EN:482.66 kJ; 115.91 kcal; FH:3.19 g; SZH:10.96 g; ZS:6.52 g; TZS:1.97 g; SÓ:0.44 mg; CK:1.11 g; Napraforgómagos rántott sertésborda (1;3;5;6;7;8;11;12) EN:1504.57 kJ; 362.60 kcal; FH:16.72 g; SZH:17.13 g; ZS:25.13 g; TZS:4.17 g; SÓ:0.93 mg; CK:0.85 g; Petrezselymes párolt rizs (12) EN:1110.76 kJ; 266.34 kcal; FH:4.74 g; SZH:50.92 g; ZS:4.74 g; TZS:0.65 g; SÓ:0.41 mg; CK:0.11 g; Vitamin saláta édesítőszerrel (9;10;12) EN:23.60 kJ; 5.60 kcal; SZH:0.96 g; ZS:0.08 g; TZS:0.04 g; SÓ:0.00 mg; CK:0.48 g;	Lebbencsleves (1;3;6;7;9;10;12) EN:406.84 kJ; 97.62 kcal; FH:2.44 g; SZH:16.49 g; ZS:2.32 g; TZS:0.25 g; SÓ:0.41 mg; CK:0.84 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; Finomfőzelék (1;7;12) EN:725.12 kJ; 173.90 kcal; FH:7.22 g; SZH:24.56 g; ZS:5.02 g; TZS:0.86 g; SÓ:0.74 mg; CK:8.29 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; Alma EN:145.41 kJ; 34.79 kcal; FH:0.40 g; SZH:7.00 g; ZS:0.40 g; SÓ:0.01 mg; CK:10.00 g;	Zöldséges csicseriborsó leves (1;3;7;9;10;12) EN:390.92 kJ; 93.59 kcal; FH:3.21 g; SZH:12.85 g; ZS:3.49 g; TZS:0.47 g; SÓ:0.65 mg; CK:1.03 g; Aszaltparadicsomos parmezános tészta (1;3;6;7;9;10;12) EN:1346.08 kJ; 322.63 kcal; FH:10.90 g; SZH:53.91 g; ZS:6.56 g; TZS:1.58 g; SÓ:0.86 mg; CK:6.48 g;
uzsonna	Trappista sajt (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; 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; Kígyóuborka (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;	Gépsonka (6;7;9;10) EN:130.96 kJ; 31.33 kcal; FH:4.52 g; SZH:0.08 g; ZS:1.42 g; TZS:0.49 g; SÓ:0.22 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 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;	Soproni felvágott (1;3;6;7;9;10) EN:199.08 kJ; 47.62 kcal; FH:3.26 g; SZH:0.04 g; ZS:3.80 g; TZS:1.41 g; SÓ:0.56 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 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; Jégcsapretek EN:11.80 kJ; 2.82 kcal; FH:0.22 g; SZH:0.53 g; ZS:0.02 g; TZS:0.01 g; SÓ:0.01 mg;	Poharas kefir (7) EN:473.34 kJ; 113.22 kcal; FH:5.95 g; SZH:8.05 g; ZS:6.30 g; TZS:3.42 g; SÓ:0.53 mg; CK:8.05 g; 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;	Sajtos rúd (1;3;5;6;7;8) EN:711.00 kJ; 169.50 kcal; FH:4.50 g; SZH:21.75 g; ZS:6.90 g; TZS:3.20 g; SÓ:0.00 mg; CK:0.90 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-Rákfélék; 3-Tojás; 4-Hal; 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.