

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

|     | Hétfő | Kedd   | Szerda  | Csütörtök  | Péntek   |         |         |        |           |         |         |        |          |         |         |        |           |         |         |
|-----|-------|--|---|--|--|---------|---------|--------|-----------|---------|---------|--------|----------|---------|---------|--------|-----------|---------|---------|
|     |       | Gyümölcstea (12)<br>Kenőmájás<br>Félbarna kenyér (1)   | Tejeskávé (1;7)<br>Margarin<br>Kifli (1;7)  | Citromos tea<br>Körözött (7)<br>Teljeskiőrlésű kenyér (1)                                      | Málna tea<br>Zöldfűszeres vajkrém (7)<br>Teljeskiőrlésű kenyér (1)<br>Kígyóuborka                |         |         |        |           |         |         |        |          |         |         |        |           |         |         |
| EN: | ZS:   | TZS:   | FH:   | EN:217   | ZS:4,1   | TZS:1,8 | FH:5,2  | EN:247 | ZS:6,6    | TZS:1,2 | FH:9,7  | EN:209 | ZS:3,1   | TZS:1,8 | FH:6,7  | EN:202 | ZS:4,8    | TZS:2,8 | FH:5,6  |
|     | SZH:  | CK:  | SO:   |  | SZH:38,8   | CK:12,3 | SO:1,0  |        | SZH:36,7  | CK:16,1 | SO:0,7  |        | SZH:36,6 | CK:13,2 | SO:0,8  |        | SZH:32,4  | CK:8,7  | SO:0,8  |
|     |       | Lebbencs leves (1;9;12)<br>Csirkepörkölt<br>Tökfőzelék (1;7)<br>Teljes kiőrlésű kenyér (1)<br>Alma | Paradicsomleves (1;6)<br>Panírozott halrúd (1;4)<br>Petrezselymes rizs<br>Tartármártás (3;7;10) | Tárkonyos zöldségleves (1;9)<br>Főtt tojás (3)<br>Sóska mártás (1;7)<br>Főtt burgonya 1/2 (12) | Vegyes gyümölcsleves (1;7)<br>Pásztor tarhonya sertés (1;12)<br>Vegyes vágott savanyúság (10;12) |         |         |        |           |         |         |        |          |         |         |        |           |         |         |
| EN: | ZS:   | TZS:   | FH:   | EN:499   | ZS:20,4  | TZS:3,0 | FH:17,6 | EN:848 | ZS:33,8   | TZS:5,7 | FH:21,6 | EN:407 | ZS:10,9  | TZS:3,5 | FH:16,2 | EN:781 | ZS:23,8   | TZS:6,0 | FH:22,3 |
|     | SZH:  | CK:  | SO:   |  | SZH:58,6   | CK:5,7  | SO:2,8  |        | SZH:107,2 | CK:19,7 | SO:3,6  |        | SZH:56,8 | CK:6,2  | SO:2,7  |        | SZH:116,6 | CK:38,5 | SO:6,7  |
|     |       | Trappista sajt (7)<br>Margarin<br>Vizes zsemle (1)   | Zöldséges szelet<br>Margarin<br>Teljeskiőrlésű kenyér (1)<br>Paradicsom                         | Zala felvágott<br>Margarin<br>Vizes zsemle (1)<br>TV paprika X.                                | Csokis croissant (1;3;6;7)   |         |         |        |           |         |         |        |          |         |         |        |           |         |         |
| EN: | ZS:   | TZS:   | FH:   | EN:259   | ZS:9,7   | TZS:5,1 | FH:11,1 | EN:187 | ZS:5,8    | TZS:2,0 | FH:6,4  | EN:228 | ZS:6,7   | TZS:2,2 | FH:7,8  | EN:224 | ZS:14,0   | TZS:7,5 | FH:3,0  |
|     | SZH:  | CK:  | SO:   |  | SZH:31,0   | CK:0,9  | SO:0,4  |        | SZH:25,6  | CK:0,8  | SO:1,2  |        | SZH:32,8 | CK:1,0  | SO:0,5  |        | SZH:21,0  | CK:7,5  | SO:0,2  |

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, pisztaia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.