

| Szakácsstünder | Hétfő<br>04.27   | Kedd<br>04.28  | Szerda<br>04.29  | Csütörtök<br>04.30  | Péntek<br>05.01 |
|----------------|--|--|--|---|-----------------|
| <b>Tízórai</b> | <b>Gyümölcs tea</b><br>EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g<br><b>Natúr sajtkrém (7;)</b><br>EN:28.6kcal ZS:2.4g TZS:1.6g SZH:1.0g CK:1.0g FH:0.8g SÓ:0.3g<br><b>Teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b><br>EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g  | <b>Tej (7;)</b><br>EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g<br><b>Barack extradzsem (mini)</b><br>EN:66.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:16.0g CK:15.8g FH:0.1g SÓ:0.0g<br><b>Minimargarin 10g</b><br>EN:31.5kcal ZS:3.5g TZS:0.8g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g<br><b>Teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b><br>EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g   | <b>Mézes tea</b><br>EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g<br><b>Sajtos baromfi párizsi (7;)</b><br>EN:36.8kcal ZS:3.2g TZS:1.0g SZH:0.2g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g<br><b>Minimargarin 10g</b><br>EN:31.5kcal ZS:3.5g TZS:0.8g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g<br><b>Teljeskiőrlésű zsemle (1;6;)</b><br>EN:139.7kcal ZS:0.9g TZS:0.1g SZH:28.4g CK:0.6g FH:5.4g SÓ:0.7g | <b>Tej (7;)</b><br>EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g<br><b>Fahéjas csiga (1;7;)</b><br>EN:298.0kcal ZS:4.3g TZS:2.0g SZH:59.0g CK:15.0g FH:5.7g SÓ:0.7g   |                 |
| <b>Ebéd</b>    | <b>Kertész leves (12;)</b><br>EN:67.3kcal ZS:3.7g TZS:0.4g SZH:5.7g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.3g<br><b>Panírozott csirkemell (1;)</b><br>EN:186.2kcal ZS:10.4g TZS:1.2g SZH:14.0g CK:0.6g FH:9.1g SÓ:1.1g<br><b>Kukoricás rizs</b><br>EN:211.6kcal ZS:5.8g TZS:0.6g SZH:35.5g CK:2.5g FH:4.4g SÓ:0.2g<br><b>Körte</b><br>EN:52.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:12.0g CK:1.5g FH:0.4g SÓ:0.0g | <b>Legényfogyó leves (1;3;7;)</b><br>EN:203.3kcal ZS:10.6g TZS:3.0g SZH:10.9g CK:0.4g FH:15.1g SÓ:0.3g<br><b>Tejben dara (1;7;)</b><br>EN:243.2kcal ZS:3.4g TZS:2.0g SZH:42.4g CK:13.2g FH:9.8g SÓ:0.2g<br><b>Kakaó szórat</b><br>EN:78.8kcal ZS:2.1g TZS:1.3g SZH:11.3g CK:9.8g FH:2.2g SÓ:0.2g<br><b>Félbarna kenyér (1;)</b><br>EN:78.9kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:16.1g CK:0.5g FH:3.0g SÓ:0.2g<br><b>Alma</b><br>EN:52.5kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:6.0g FH:0.6g SÓ:0.0g | <b>Karfiollevés (1;)</b><br>EN:107.8kcal ZS:5.4g TZS:0.6g SZH:11.4g CK:0.4g FH:3.2g SÓ:0.2g<br><b>Bolognai spagetti (1;)</b><br>EN:274.9kcal ZS:5.8g TZS:1.1g SZH:38.6g CK:5.7g FH:16.0g SÓ:0.3g<br><b>Reszelt sajt (7;)</b><br>EN:69.4kcal ZS:5.4g TZS:3.4g SZH:0.4g CK:0.4g FH:5.2g SÓ:0.3g  | <b>Reszelttészta leves (1;)</b><br>EN:90.5kcal ZS:2.9g TZS:0.3g SZH:13.1g CK:2.9g FH:2.4g SÓ:0.3g<br><b>Főtt tojás (3;)</b><br>EN:73.3kcal ZS:4.4g TZS:1.4g SZH:0.3g CK:0.2g FH:5.0g SÓ:0.2g<br><b>Lencsefőzelék (1;7;10;)</b><br>EN:262.0kcal ZS:7.7g TZS:3.4g SZH:31.0g CK:2.4g FH:12.7g SÓ:0.3g<br><b>Rozsos kenyér (ebédhez) (1;)</b><br>EN:67.8kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:14.1g CK:0.6g FH:1.9g SÓ:0.5g |                 |
| <b>Uzsonna</b> | <b>Csirkemell sonka</b><br>EN:21.8kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:0.4g CK:0.1g FH:3.0g SÓ:0.4g<br><b>Minimargarin 10g</b><br>EN:31.5kcal ZS:3.5g TZS:0.8g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g<br><b>Félbarna kenyér (1;)</b><br>EN:105.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:21.5g CK:0.7g FH:4.0g SÓ:0.2g   | <b>Házi csirkemájkrém (7;)</b><br>EN:38.4kcal ZS:2.5g TZS:1.3g SZH:0.3g CK:0.1g FH:3.5g SÓ:0.1g<br><b>stangli sima (1;6;7;13;)</b><br>EN:145.5kcal ZS:6.1g TZS:0.3g SZH:18.8g CK:0.1g FH:2.8g SÓ:0.4g  | <b>Szendvicsszós (7;)</b><br>EN:58.4kcal ZS:6.0g TZS:3.8g SZH:0.6g CK:0.6g FH:0.5g SÓ:0.2g<br><b>Napraforgómag</b><br>EN:29.2kcal ZS:2.6g TZS:0.2g SZH:0.6g CK:0.1g FH:1.0g<br><b>Félbarna kenyér (1;)</b><br>EN:105.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:21.5g CK:0.7g FH:4.0g SÓ:0.2g<br><b>Paradicsom</b><br>EN:4.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.8g CK:0.5g FH:0.2g SÓ:0.0g                             | <b>Szendvics sonka</b><br>EN:24.8kcal ZS:1.1g TZS:0.5g SZH:0.8g CK:0.4g FH:3.0g SÓ:0.5g<br><b>Minimargarin 10g</b><br>EN:31.5kcal ZS:3.5g TZS:0.8g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g<br><b>Teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b><br>EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g<br><b>Paprika</b><br>EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g                                       |                 |

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk.

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia: kcal/adag); ZS(zsír: g/adag); TZS(telített zsírsav: g/adag); SZH(szénhidrát: g/adag); CK(cukor: g/adag); FH(fehérje: g/adag); SÓ(só: g/adag); CA(kalcium: mg/adag). Allergének: 1-Glutén; 2-Rákkfélek; 3-Tojás; 4-Halal; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfürt; 14-Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.