

Szakácsstünder	Hétfő 05.18	Kedd 05.19	Szerda 05.20	Csütörtök 05.21	Péntek 05.22
<b>Tízórai</b>	<b>100%-os almálé</b> EN:90.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:22.0g CK:22.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Pozsonyi pulyka sonka</b> EN:16.7kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:0.7g CK:0.1g FH:3.0g SÓ:0.5g <b>Minimargarin 10g</b> EN:31.5kcal ZS:3.5g TZS:0.8g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Teljeskiórlésű kenyér (1;)</b> EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g	<b>Kakaó (7;)</b> EN:134.4kcal ZS:5.8g TZS:3.7g SZH:14.3g CK:14.2g FH:6.0g SÓ:0.3g <b>Foszlós kalács (1;3;)</b> EN:123.9kcal ZS:2.6g TZS:0.6g SZH:21.7g CK:2.8g FH:3.0g SÓ:0.3g	<b>Limonádé</b> EN:21.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.1g CK:5.1g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Tojáskrém (3;7;)</b> EN:51.2kcal ZS:4.3g TZS:2.3g SZH:0.4g CK:0.3g FH:1.7g SÓ:0.1g <b>Teljeskiórlésű zsemle (1;6;)</b> EN:139.7kcal ZS:0.9g TZS:0.1g SZH:28.4g CK:0.6g FH:5.4g SÓ:0.7g <b>Paradicsom</b> EN:4.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.8g CK:0.5g FH:0.2g SÓ:0.0g	<b>Tej (7;)</b> EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g <b>Trappista sajt (7;)</b> EN:101.1kcal ZS:7.8g TZS:4.8g SZH:0.1g CK:0.1g FH:7.7g SÓ:0.4g <b>Minimargarin 10g</b> EN:31.5kcal ZS:3.5g TZS:0.8g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Teljeskiórlésű kenyér (1;)</b> EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g	<b>Tej (7;)</b> EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g <b>Szendvicsskrém (7;)</b> EN:58.4kcal ZS:6.0g TZS:3.8g SZH:0.6g CK:0.6g FH:0.5g SÓ:0.2g <b>Teljeskiórlésű kenyér (1;)</b> EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g
<b>Ebéd</b>	<b>Köményes tojásleves (1;3;)</b> EN:80.1kcal ZS:5.2g TZS:0.9g SZH:5.7g CK:0.0g FH:2.5g SÓ:0.2g <b>Rántott halrúd (1;4;)</b> EN:184.8kcal ZS:11.7g TZS:1.2g SZH:12.2g CK:0.4g FH:7.0g SÓ:0.4g <b>Kukoricás rizs</b> EN:211.6kcal ZS:5.8g TZS:0.6g SZH:35.5g CK:2.5g FH:4.4g SÓ:0.2g <b>Csemege uborka * (10;)</b> EN:5.2kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.7g CK:0.6g FH:0.4g SÓ:0.8g <b>Banán</b> EN:210.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:48.4g CK:30.0g FH:2.6g SÓ:0.0g	<b>Csontleves tésztával (1;)</b> EN:96.0kcal ZS:5.1g TZS:0.6g SZH:9.6g CK:2.2g FH:2.7g SÓ:0.3g <b>Csirkepörkölt</b> EN:123.4kcal ZS:5.5g TZS:1.2g SZH:2.6g CK:0.0g FH:15.1g SÓ:0.2g <b>Sárgaborsó főzelék (1;)</b> EN:195.9kcal ZS:2.0g TZS:0.2g SZH:31.7g CK:2.6g FH:11.7g SÓ:0.2g <b>Körte</b> EN:52.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:12.0g CK:1.5g FH:0.4g SÓ:0.0g <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:78.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:16.3g CK:0.1g FH:2.3g SÓ:0.5g	<b>Zellerkrémleves (1;7;9;)</b> EN:120.6kcal ZS:6.5g TZS:2.5g SZH:9.3g CK:0.5g FH:2.0g SÓ:0.3g <b>Napraforgómag</b> EN:29.2kcal ZS:2.6g TZS:0.2g SZH:0.6g CK:0.1g FH:1.0g <b>Borsos csirke tokány (1;)</b> EN:135.9kcal ZS:7.8g TZS:1.6g SZH:3.0g CK:0.0g FH:13.0g SÓ:0.2g <b>Főtt burgonya (12;)</b> EN:197.4kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:38.6g CK:0.0g FH:5.3g SÓ:0.2g	<b>Magyaros burgonyaleves (1;12;)</b> EN:137.3kcal ZS:4.9g TZS:0.6g SZH:19.2g CK:0.4g FH:2.9g SÓ:0.2g <b>Fasírt golyó (1;6;)</b> EN:142.4kcal ZS:10.3g TZS:1.6g SZH:6.5g CK:0.5g FH:5.5g SÓ:0.9g <b>Paradicsomos káposzta (1;)</b> EN:155.8kcal ZS:5.3g TZS:0.5g SZH:21.2g CK:4.5g FH:4.7g SÓ:0.3g <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:78.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:16.3g CK:0.1g FH:2.3g SÓ:0.5g	<b>Palócgulyás szárnyashússal (1;7;12;)</b> EN:142.3kcal ZS:5.0g TZS:2.0g SZH:11.3g CK:0.9g FH:8.0g SÓ:0.2g <b>Piskóta kocka (1;3;)</b> EN:146.0kcal ZS:2.5g TZS:0.5g SZH:9.8g CK:11.7g FH:4.3g <b>Csokoládé öntet (7;)</b> EN:175.8kcal ZS:4.2g TZS:2.5g SZH:25.4g CK:17.3g FH:7.4g SÓ:0.3g <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:78.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:16.3g CK:0.1g FH:2.3g SÓ:0.5g <b>Alma</b> EN:52.5kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:6.0g FH:0.6g SÓ:0.0g
<b>Uzsonna</b>	<b>Natúr sajtkrém (7;)</b> EN:28.6kcal ZS:2.4g TZS:1.6g SZH:1.0g CK:1.0g FH:0.8g SÓ:0.3g <b>Vizes zsemle (1;)</b> EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g	<b>Zöldfűszeres vajkrém (7;)</b> EN:21.6kcal ZS:2.0g TZS:1.3g SZH:0.4g CK:0.3g FH:0.5g SÓ:0.1g <b>Teljeskiórlésű kenyér (1;)</b> EN:122.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:25.0g FH:3.6g SÓ:0.8g	<b>Baromfi párizsi</b> EN:40.6kcal ZS:3.4g TZS:1.2g SZH:0.3g CK:0.2g FH:2.2g SÓ:0.4g <b>Minimargarin 10g</b> EN:31.5kcal ZS:3.5g TZS:0.8g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:104.2kcal ZS:0.3g TZS:0.2g SZH:21.7g CK:0.1g FH:3.1g SÓ:0.6g	<b>Kefires túrókrém (7;)</b> EN:37.2kcal ZS:1.8g TZS:1.3g SZH:1.1g CK:1.1g FH:3.8g SÓ:0.0g <b>Vizes zsemle (1;)</b> EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g <b>Kaliforniai paprika</b> EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.5g FH:0.3g SÓ:0.0g	<b>Pizzás csiga (1;3;6;7;13;)</b> EN:196.1kcal ZS:9.0g TZS:0.7g SZH:24.3g CK:1.8g FH:3.6g SÓ:0.2g

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; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfürt; 14-Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.