

Étkezés / Menü	Hétfő 03.01	Kedd 03.02	Szerda 03.03	Csütörtök 03.04	Péntek 03.05
<b>tízórai / 4</b>	Citromos tea Baromfipárizsi (7;) Zöldfűszeres margarin TM teljeskiőrlésű kenyér (1;) Kígyóuborka EN:283.7kcal ZS:8.3g TZS:2.0g SZH:41.0g CK:9.7g FH:9.8g SÓ:0.6g	Erdei gyümölcs tea Csirkemell sonka Liga margarin vizes zsemle (1;) CK:9.8g EN:220.2kcal FH:9.1g SÓ:0.9g SZH:38.5g TZS:0.7g ZS:2.9g	Citromos tea Snidlinges margarinkrém vizes zsemle (1;) EN:176.6kcal ZS:0.7g TZS:0.0g SZH:37.2g CK:9.8g FH:4.4g SÓ:0.0g	Kakaós rizsital Zala felvágott Liga margarin teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:405.1kcal ZS:10.8g TZS:3.6g SZH:65.4g CK:24.3g FH:10.3g SÓ:1.0g	Málna tea Tonhalkrém (4;) félbarna kenyér (1;) Paradicsom EN:485.0kcal ZS:7.3g TZS:1.1g SZH:80.0g CK:9.4g FH:20.3g SÓ:0.2g
<b>ebéd / 4</b>	Csontleves (9;) Mexikói pulykaragu (1;) Bulgur köret (1;) EN:416.0kcal ZS:6.7g TZS:0.8g SZH:61.4g CK:8.6g FH:26.5g SÓ:2.3g	Daragaluska leves (1;3;9;) Szárnyas aprópecsenye Paradicsomos káposzta (1;) teljeskiőrlésű kenyér (1;) alma CK:8.0g EN:532.7kcal FH:26.9g SÓ:3.0g SZH:64.2g TZS:3.5g ZS:17.5g	Őszibarackkrémleves (1;) Sült csirkecombfilé Hagymás tört burgonya (12;) Csalamádé (10;12;) EN:522.2kcal ZS:7.1g TZS:1.4g SZH:87.4g CK:23.9g FH:21.1g SÓ:4.6g	Kertész leves D (1;3;9;) Főtt virsli Lencsefőzelék (1;10;) teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:715.7kcal ZS:22.4g TZS:4.6g SZH:87.4g CK:5.5g FH:32.9g SÓ:3.3g	Tárkonyos csirkeragu leves (1;9;) "Tejben dara" rizsitalból (1;) Fahéj szórat EN:504.3kcal ZS:4.5g TZS:1.3g SZH:103.7g CK:76.7g FH:10.7g SÓ:2.5g
<b>uzsonna / 4</b>	Tavaszi felvágott Liga margarin vizes zsemle (1;) EN:242.9kcal ZS:9.8g TZS:3.7g SZH:29.2g CK:1.1g FH:8.0g SÓ:0.6g	magyaros margarinkrém teljeskiőrlésű kenyér (1;) CK:0.6g EN:205.8kcal FH:5.9g SÓ:0.3g SZH:31.0g TZS:1.3g ZS:5.9g	Olasz felvágott Liga margarin Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;) EN:242.5kcal ZS:9.0g TZS:2.9g SZH:31.8g CK:0.7g FH:9.5g SÓ:1.5g	Padlizsánkrém (10;) teljeskiőrlésű kenyér (1;) Paprika EN:232.1kcal ZS:7.0g TZS:2.0g SZH:34.2g CK:0.6g FH:6.7g SÓ:0.9g	lekvár Liga margarin teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:225.2kcal ZS:2.7g TZS:0.7g SZH:42.6g CK:10.8g FH:5.9g SÓ:0.1g

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, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezámag; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csillagfűrt; 14-Puhatestűek