

2024. április 08. – 12.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Tej (7) Trappista sajt (7) Margarin Teljesőrlésű graham zsemle (1)</p> <p>energia 399 kcal szénhidr.40,1 g fehérje 20,7 g cukor 0 g zsír 16 g só 1,1 g telített zsír 0 g</p>	<p>Tejes kávé (7) Briós (1)</p> <p>energia 311 kcal szénhidr.50,7 g fehérje 10,2 g cukor 12,5 g zsír 6,7 g só 0,6 g telített zsír 0 g</p>	<p>Tej (7) Száras szalámi Margarin csészés Teljesőrlésű graham zsemle (1) Kígyóuborka</p> <p>energia 311 kcal szénhidr.40,1 g fehérje 14,2 g cukor 0 g zsír 9,3 g só 0,7 g telített zsír 0,2 g</p>	<p>Tej (7) Májusi csemege (6) Margarin csészés Teljesőrlésű graham zsemle (1)</p> <p>energia 336 kcal szénhidr.39,7 g fehérje 16 g cukor 0 g zsír 10,5 g só 0,9 g telített zsír 0 g</p>	<p>Kakaó (7) Tojáspástétom (3,6,10) Kenyér (1) Pritamin paprika</p> <p>energia 396 kcal szénhidr.50,1 g fehérje 18 g cukor 5 g zsír 13 g só 1,1 g telített zsír 0 g</p>
Ebéd	<p>Hamis gulyás (1,3,9) Temesvári sertés tokány (1,7) Párolt rizs</p> <p>energia 573 kcal szénhidr.83,5 g fehérje 29,7 g cukor 0 g zsír 11,9 g só 0,4 g telített zsír 6,8 g</p>	<p>Brokkoli krémleves levesgyönggyel (1,3,5,7,8,11) Olaszos halfilé (1,4,7) Petrezselymes burgonya</p> <p>energia 569 kcal szénhidr.67 g fehérje 34,9 g cukor 1,2 g zsír 15,1 g só 0,7 g telített zsír 0,4 g</p>	<p>Pírtott tésztaleves (1,3,9) Sertés aprópecsenye (1) Száras babfőzelék (1,7)</p> <p>energia 643 kcal szénhidr.94,1 g fehérje 37 g cukor 5 g zsír 11,4 g só 0,3 g telített zsír 5,3 g</p>	<p>Daragaluska leves (1,3,9) Tejszínes kukoricás csirkecomb tokány (1,7) Bulgur (1)</p> <p>energia 650 kcal szénhidr.91,8 g fehérje 31,4 g cukor 0 g zsír 17,7 g só 0,5 g telített zsír 0,9 g</p>	<p>Tárkonyos sertés raguleves (1,7) Grízes tészta (1) Gyümölcsvelő Alma</p> <p>energia 641 kcal szénhidr.112,1 g fehérje 25,5 g cukor 20,6 g zsír 8,4 g só 0,3 g telített zsír 3,6 g</p>
Uzsonna	<p>Pulykamell sonka (1,6) Margarin Kenyér (1) Zöldpaprika</p> <p>energia 224 kcal szénhidr.33,5 g fehérje 6 g cukor 0 g zsír 5,2 g só 1,1 g telített zsír 0 g</p>	<p>Zala felvágott (6) Margarin Teljesőrlésű graham kifli (1,6,7) Pritamin paprika</p> <p>energia 298 kcal szénhidr.34,9 g fehérje 11 g cukor 0,2 g zsír 12,2 g só 1 g telített zsír 0,2 g</p>	<p>Túrós táska (1,3,7)</p> <p>energia 343 kcal szénhidr.40,3 g fehérje 7,8 g cukor 10,4 g zsír 16,4 g só 0,5 g telített zsír 0 g</p>	<p>Szezámagos vajkrém (7,11) Kenyér (1) Fejes saláta</p> <p>energia 248 kcal szénhidr.33,6 g fehérje 6,5 g cukor 0 g zsír 9,7 g só 0,9 g telített zsír 0 g</p>	<p>Kocka sajt (7) Teljesőrlésű graham kifli (1,6,7)</p> <p>energia 258 kcal szénhidr.34,3 g fehérje 10,2 g cukor 0,2 g zsír 8,4 g só 1 g telített zsír 0 g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Allergének: 1-glutén, 2-rák, 3-tojások, 4-hal, 5-földimogyoró, 6-szójabab, 7-tej, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szezám, 12-kén-dioxid, 13-csillagfűrt, 14-puhatestűek

2024. április 15. – 19.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Tej (7) Körözött (7) Teljesőrlésű graham kifli (1,6,7) Zöldpaprika</p> <p>energia 342 kcal szénhidr.47,1 g fehérje 18,3 g cukor 0,2 g zsír 8,3 g só 0,8 g telített zsír 0 g</p>	<p>Tej (7) Pizzás csiga (1,3,7)</p> <p>energia 356 kcal szénhidr.41,5 g fehérje 10,6 g cukor 0 g zsír 15,3 g só 0,8 g telített zsír 0 g</p>	<p>Kakaó (7) Trappista sajt (7) Margarin csészés Teljesőrlésű graham kifli (1,6,7) Kígyóuborka</p> <p>energia 430 kcal szénhidr.50,5 g fehérje 21,5 g cukor 5,2 g zsír 14,7 g só 1,1 g telített zsír 0 g</p>	<p>Tej (7) Főtt tojás karika (3) Margarin Kenyér (1) Retek</p> <p>energia 363 kcal szénhidr.44 g fehérje 17,7 g cukor 0 g zsír 12,4 g só 1,2 g telített zsír 0 g</p>	<p>Tejes kávé (7) Sajtkrém (7) Teljesőrlésű graham zsemle (1) Pritamin paprika</p> <p>energia 328 kcal szénhidr.51,2 g fehérje 14,1 g cukor 9,9 g zsír 6,2 g só 0,8 g telített zsír 0 g</p>
Ebéd	<p>Csontleves (1,3,9) Rántott sertésszelet (1,3) Meggymártás (1,7)</p> <p>energia 626 kcal szénhidr.68,1 g fehérje 33,2 g cukor 19,8 g zsír 22,6 g só 1 g telített zsír 2,4 g</p>	<p>Zöldbableves (1,7) Sült csirkecomb Burgonyapüré (7) Uborkasaláta</p> <p>energia 550 kcal szénhidr.70,9 g fehérje 35,2 g cukor 2,5 g zsír 10,8 g só 0,7 g telített zsír 1,3 g</p>	<p>Köményleves, levesgyönggyel (1,3,5,7,8,9,11) Fasírt (1,3) Tököfőzelék (1,7)</p> <p>energia 591 kcal szénhidr.80,6 g fehérje 27,6 g cukor 10,4 g zsír 16,5 g só 0,7 g telített zsír 4,3 g</p>	<p>Vajgaluska leves (1,3,9) Bolognai makaróni reszelt sajttal (1,7)</p> <p>energia 649 kcal szénhidr.83,9 g fehérje 36,2 g cukor 0,4 g zsír 17 g só 0,6 g telített zsír 7 g</p>	<p>Bakonyi betyárleves (1,7) Almás lepény (1,3,7)</p> <p>energia 613 kcal szénhidr.76,5 g fehérje 27,7 g cukor 10,9 g zsír 20,3 g só 0,4 g telített zsír 5,4 g</p>
Uzsonna	<p>Kenőmájas (1,6,7) Kenyér (1)</p> <p>energia 251 kcal szénhidr.32,5 g fehérje 9,9 g cukor 0 g zsír 8,9 g só 1,2 g telített zsír 3,8 g</p>	<p>Magyaros vajkrém (7) Teljesőrlésű graham zsemle (1) Fejes saláta</p> <p>energia 225 kcal szénhidr.30,6 g fehérje 6,5 g cukor 0 g zsír 8 g só 0,7 g telített zsír 0 g</p>	<p>Gesztenyerúd Háztartási keksz (1,3,5,6,7,8,12)</p> <p>energia 190 kcal szénhidr.31 g fehérje 3,7 g cukor 11,7 g zsír 4,9 g só 0,1 g telített zsír 0 g</p>	<p>Kocka sajt (7) Teljesőrlésű graham kifli (1,6,7)</p> <p>energia 258 kcal szénhidr.34,3 g fehérje 10,2 g cukor 0,2 g zsír 8,4 g só 1 g telített zsír 0 g</p>	<p>Pulykamell sonka (1,6) Margarin Kenyér (1)</p> <p>energia 218 kcal szénhidr.32,6 g fehérje 5,7 g cukor 0 g zsír 5,1 g só 1,1 g telített zsír 0 g</p>

Az étlappváltoztatás jogát fenntartjuk!

Allergének: 1-glutén, 2-rák, 3-tojások, 4-hal, 5-földimogyoró, 6-szójabab, 7-tej, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szezám, 12-kén-dioxid, 13-csillagfürt, 14-puhatestűek

2024. április 22. – 26.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Tej (7) Trappista sajt (7) Margarin Teljesőrlésű graham zsemle (1) Kígyóborka</p> <p>energia 402 kcal szénhidr.40,6 g fehérje 21 g cukor 0 g zsír 16 g só 1,1 g telített zsír 0 g</p>	<p>Tejes kávé (7) Diós sajtkrém (7,8) Teljesőrlésű graham zsemle (1)</p> <p>energia 449 kcal szénhidr.52,7 g fehérje 17,4 g cukor 9,9 g zsír 17,5 g só 0,8 g telített zsír 0 g</p>	<p>Tej (7) Snidlinges tojáskrém (3,6,10) Teljesőrlésű graham zsemle (1)</p> <p>energia 351 kcal szénhidr.40,3 g fehérje 17,9 g cukor 0 g zsír 11,9 g só 0,8 g telített zsír 0 g</p>	<p>Tej (7) Foszlós kalács (1,3,7)</p> <p>energia 297 kcal szénhidr.45,7 g fehérje 10,6 g cukor 4 g zsír 7,2 g só 0,6 g telített zsír 0 g</p>	<p>Citromos tea Körözött (7) Teljesőrlésű graham zsemle (1) Zöldpaprika</p> <p>energia 247 kcal szénhidr.40,8 g fehérje 11,1 g cukor 8,9 g zsír 3,7 g só 0,7 g telített zsír 0 g</p>
Ebéd	<p>Magyaros burgonyaleves (1,7,9) Sertés aprópecsenye (1) Sárgaborsó főzelék (1,7,10)</p> <p>energia 649 kcal szénhidr.91,4 g fehérje 40,4 g cukor 0 g zsír 11,5 g só 0,4 g telített zsír 5,1 g</p>	<p>Zeller krémleves levesgyönggyel (1,3,5,7,8,9,11) Rántott hal (1,3,4) Mexikói rizs</p> <p>energia 561 kcal szénhidr.84,5 g fehérje 32,3 g cukor 0,1 g zsír 9 g só 0,5 g telített zsír 0,4 g</p>	<p>Zöldségleves (1,3,9) Csirke aranytallér (1,3,6,7,9,10,11) Kelkáposzta főzelék (1,7)</p> <p>energia 616 kcal szénhidr.72,2 g fehérje 27,3 g cukor 1 g zsír 22,4 g só 1,2 g telített zsír 0,2 g</p>	<p>Almaleves (1,7) Borsos sertéstokány (1) Bulgur (1) Friss saláta (10)</p> <p>energia 627 kcal szénhidr.94,5 g fehérje 33,4 g cukor 5 g zsír 13,4 g só 0,4 g telített zsír 6,9 g</p>	<p>Húskocka leves (1,3,9) Sajtos makaróni (1,7) Mandarin</p> <p>energia 645 kcal szénhidr.91,3 g fehérje 30,3 g cukor 0 g zsír 16 g só 0,7 g telített zsír 3,8 g</p>
Uzsonna	<p>Csirkemell sonka (1,6) Margarin Kenyér (1)</p> <p>energia 218 kcal szénhidr.32,6 g fehérje 5,7 g cukor 0 g zsír 5,1 g só 1,1 g telített zsír 0 g</p>	<p>Zala felvágott (6) Margarin csészés Kenyér (1) Pritamin paprika</p> <p>energia 245 kcal szénhidr.33,5 g fehérje 10,1 g cukor 0 g zsír 7,6 g só 1 g telített zsír 0,2 g</p>	<p>Margarin Kenyér (1) Alma</p> <p>energia 227 kcal szénhidr.40,8 g fehérje 5,6 g cukor 0 g zsír 4,5 g só 1,1 g telített zsír 0 g</p>	<p>Házi húspástétom (3,10) Teljesőrlésű graham olaszkipli (1) Zöldhagyma</p> <p>energia 229 kcal szénhidr.28,9 g fehérje 11,9 g cukor 0 g zsír 6,8 g só 0,7 g telített zsír 2,6 g</p>	<p>Gyümölcs joghurt (7) Háztartási keksz (1,3,5,6,7,8,12)</p> <p>energia 292 kcal szénhidr.45,9 g fehérje 8,7 g cukor 24,1 g zsír 7,8 g só 0,3 g telített zsír 0 g</p>

Az ételváltoztatás jogát fenntartjuk!

Allergének: 1-glutén, 2-rák, 3-tojások, 4-hal, 5-földimogyoró, 6-szójabab, 7-tej, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szezám, 12-kén-dioxid, 13-csillagfűrt, 14-puhatestűek

2024. április 29. – május 03.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Kakaó (7) Trappista sajt (7) Margarin Teljesőrlésű graham kifli (1,6,7) Kígyóuborka</p> <p>energia 457 kcal szénhidr.50,5 g fehérje 21,5 g cukor 5,2 g zsír 17,7 g só 1,2 g telített zsír 0 g</p>	<p>Tej (7) Kefires túrókrém (7) Zsemle (1) Pritamin paprika</p> <p>energia 313 kcal szénhidr.46,2 g fehérje 17,4 g cukor 0 g zsír 5,8 g só 0,8 g telített zsír 0 g</p>	<p>energia kcal szénhidr. g fehérje g cukor g zsír g só g telített zsír g</p>	<p>Tej (7) Zala felvágott (6) Margarin Teljesőrlésű graham kifli (1,6,7)</p> <p>energia 393 kcal szénhidr.44,6 g fehérje 17,5 g cukor 0,2 g zsír 15,1 g só 1 g telített zsír 0,2 g</p>	<p>Tej (7) Kenőmájás (1,6,7) Teljesőrlésű graham zsemle (1)</p> <p>energia 346 kcal szénhidr.39,7 g fehérje 17,2 g cukor 0 g zsír 11,8 g só 1 g telített zsír 3,8 g</p>
Ebéd	<p>Csontleves (1,3,9) Csikós sertéstokány (1,7) Bulgur (1) Vegyes, házi csalamádé</p> <p>energia 581 kcal szénhidr.95,2 g fehérje 27,6 g cukor 9,9 g zsír 10,7 g só 0,6 g telített zsír 5,2 g</p>	<p>Tarhonyaleves (1) Rakott zöldbab (1,7)</p> <p>energia 543 kcal szénhidr.87,6 g fehérje 27,7 g cukor 0 g zsír 7,7 g só 0,8 g telített zsír 5,2 g</p>	<p>energia kcal szénhidr. g fehérje g cukor g zsír g só g telített zsír g</p>	<p>Reszelt tésztaleves (1,3,9) Sertéssült pecsenyelével (1) Burgonyafőzelék (1,7)</p> <p>energia 681 kcal szénhidr.94,5 g fehérje 34,3 g cukor 0 g zsír 14,7 g só 0,5 g telített zsír 6,9 g</p>	<p>Zöldborsóleves csirkegombóccal (3,9) Tejbegríz (1,7) Alma</p> <p>energia 606 kcal szénhidr.92,1 g fehérje 29 g cukor 34,7 g zsír 11,9 g só 0,3 g telített zsír 0,7 g</p>
Uzsonna	<p>Vajkrém (7) Kenyér (1) Kígyóuborka</p> <p>energia 233 kcal szénhidr.33,3 g fehérje 5,9 g cukor 0 g zsír 8,6 g só 0,9 g telített zsír 0 g</p>	<p>Gépsonka (6) Margarin Teljesőrlésű graham kifli (1,6,7)</p> <p>energia 250 kcal szénhidr.34 g fehérje 9,3 g cukor 0,2 g zsír 8,3 g só 1 g telített zsír 0,1 g</p>	<p>energia kcal szénhidr. g fehérje g cukor g zsír g só g telített zsír g</p>	<p>Házi húspástétom (3,10) Kenyér (1) Retek</p> <p>energia 227 kcal szénhidr.33,7 g fehérje 11,9 g cukor 0 g zsír 5 g só 1,1 g telített zsír 2,6 g</p>	<p>Sajtkrém (7) Kenyér (1) Fejes saláta</p> <p>energia 196 kcal szénhidr.34,7 g fehérje 6,8 g cukor 1 g zsír 3,2 g só 1 g telített zsír 0 g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Allergének: 1-glutén, 2-rák, 3-tojások, 4-hal, 5-földimogyoró, 6-szójabab, 7-tej, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szezám, 12-kén-dioxid, 13-csillagfűrt, 14-puhatestűek