

2024. május 06. – 10.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Tej (7) Trappista sajt (7) Margarin Teljesőrlésű graham zsemle (1) Kápia paprika</p> <p>energia 427 kcal szénhidr.41,4 g fehérje 24 g cukor 0 g zsír 16,9 g só 1,1 g telített zsír 0 g</p>	<p>Kakaó (7) Zöldfűszeres túrókrém (7) Teljesőrlésű graham kifli (1,6,7) Fejes saláta</p> <p>energia 466 kcal szénhidr.63,2 g fehérje 24 g cukor 10,1 g zsír 12,1 g só 0,9 g telített zsír 0 g</p>	<p>Tej (7) Főtt tojás karika (3) Margarin Teljesőrlésű graham kifli (1,6,7) Zöldpaprika</p> <p>energia 392 kcal szénhidr.45,9 g fehérje 18,7 g cukor 0,2 g zsír 14 g só 1 g telített zsír 0 g</p>	<p>Tejeskávé (7) Méz Margarin Kalács (1,3,7)</p> <p>energia 538 kcal szénhidr.89,3 g fehérje 14,2 g cukor 42,2 g zsír 12,7 g só 0,8 g telített zsír 0 g</p>	<p>Tej (7) Májusi csemege (6) Margarin Kenyér (1) Jégcsap retek</p> <p>energia 504 kcal szénhidr.65,6 g fehérje 20,6 g cukor 0 g zsír 15,9 g só 2 g telített zsír 0 g</p>
Ebéd	<p>Eresztett tojásleves (1,3,9) Natúr csirkemell (1) Rebarbara mártás (1,7)</p> <p>energia 710 kcal szénhidr.85,3 g fehérje 46,7 g cukor 24,9 g zsír 18,5 g só 0,6 g telített zsír 0,4 g</p>	<p>Zöldborsóleves (1,3,9) Majorannás aprópecsenye (1) Szarvacska köret (1)</p> <p>energia 893 kcal szénhidr.128,5 g fehérje 45,1 g cukor 0 g zsír 19,3 g só 0,9 g telített zsír 9,1 g</p>	<p>Daragaluska leves (1,3,9) Paradicsomos húsgombóc (1,3)</p> <p>energia 764 kcal szénhidr.103,4 g fehérje 40,7 g cukor 39,6 g zsír 19,5 g só 0,9 g telített zsír 8,5 g</p>	<p>Gyümölcsleves (1,7) Rántott hal (1,3,4) Petrezselymes burgonya Csemege uborka (12)</p> <p>energia 879 kcal szénhidr.150,7 g fehérje 41,2 g cukor 18,8 g zsír 8,5 g só 1,6 g telített zsír 0,5 g</p>	<p>Gulyásleves (1,3,9) Darázs fészek (1,3,7) Mandarin</p> <p>energia 793 kcal szénhidr.116 g fehérje 34 g cukor 40,3 g zsír 19,4 g só 0,5 g telített zsír 5,1 g</p>
Uzsonna	<p>Zala felvágott (6) Margarin Kenyér (1)</p> <p>energia 325 kcal szénhidr.43,4 g fehérje 13 g cukor 0 g zsír 10,7 g só 1,4 g telített zsír 0,3 g</p>	<p>Gyümölcs joghurt (7) Háztartási keksz (1,3,5,6,7,8,12)</p> <p>energia 335 kcal szénhidr.53,7 g fehérje 9,7 g cukor 25,9 g zsír 8,5 g só 0,4 g telített zsír 0 g</p>	<p>Sárgabarackos korong (1,3,6,7,8,11,12)</p> <p>energia 421 kcal szénhidr.59,6 g fehérje 5,5 g cukor 27 g zsír 17,9 g só 0,3 g telített zsír 0 g</p>	<p>Vajkrém (7) Teljesőrlésű graham zsemle (1) Alma</p> <p>energia 271 kcal szénhidr.39,9 g fehérje 6,7 g cukor 0 g zsír 8,5 g só 0,7 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-csillagfürt, 14-puhatestűek

2024. május 13. – 17.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Tej (7) Vajkrém (7) Teljesőrlésű graham zsemle (1) Paradicsom</p> <p>energia 333 kcal szénhidr.41,6 g fehérje 13,3 g cukor 0 g zsír 11,6 g só 0,7 g telített zsír 0 g</p>	<p>Vanília tej (7) Körözött (7) Kenyér (1) Zöldpaprika</p> <p>energia 572 kcal szénhidr.88,1 g fehérje 27,9 g cukor 13,9 g zsír 11,4 g só 1,7 g telített zsír 0 g</p>	<p>Tej (7) Tojáskrém (3,6,10) Kenyér (1) Pritamin paprika</p> <p>energia 373 kcal szénhidr.46 g fehérje 18,1 g cukor 0 g zsír 12,3 g só 1,1 g telített zsír 0 g</p>	<p>Tej (7) Húspástétom (3,10) Teljesőrlésű graham kifli (1,6,7) Paradicsom</p> <p>energia 384 kcal szénhidr.47 g fehérje 21,8 g cukor 0,2 g zsír 11,4 g só 0,9 g telített zsír 3,4 g</p>	<p>Kakaó (7) Csirkemell sonka (1,6) Margarin Kenyér (1)</p> <p>energia 523 kcal szénhidr.80,1 g fehérje 19,6 g cukor 9,9 g zsír 10,3 g só 1,8 g telített zsír 0 g</p>
Ebéd	<p>Karfiollevés (1,7) Bakonyi sertéstokány (1,7) Bulgur (1)</p> <p>energia 742 kcal szénhidr.109,3 g fehérje 36,2 g cukor 0 g zsír 19,5 g só 0,5 g telített zsír 6,9 g</p>	<p>Zöldséglevés (1,3,9) Sült csirkecomb (1) Zöldborsófőzelék (1,7)</p> <p>energia 764 kcal szénhidr.78,1 g fehérje 44,7 g cukor 19,8 g zsír 28 g só 0,6 g telített zsír 1,9 g</p>	<p>Pírtott tésztaleves (1,3,9) Egyben sült fasírt (1,3) Tört burgonya Vegyes, házi csalamádé</p> <p>energia 771 kcal szénhidr.107,2 g fehérje 37,3 g cukor 2 g zsír 17,7 g só 1,2 g telített zsír 7 g</p>	<p>Bableves (1,9) Sertés rizottó (1) Csemege uborka (12)</p> <p>energia 832 kcal szénhidr.128,6 g fehérje 43,5 g cukor 0,8 g zsír 13,9 g só 1,6 g telített zsír 7,7 g</p>	<p>Alföldi húsoleves (1,3,9) Túrós tészta (1,7) Alma</p> <p>energia 794 kcal szénhidr.108,9 g fehérje 45,7 g cukor 9,9 g zsír 17,5 g só 0,6 g telített zsír 5,5 g</p>
Uzsonna	<p>Turista felvágott (1,6,7) Margarin Kenyér (1)</p> <p>energia 333 kcal szénhidr.54 g fehérje 11,3 g cukor 0 g zsír 8 g só 1,8 g telített zsír 0,2 g</p>	<p>Párizsi (1,6,7) Margarin Teljesőrlésű graham kifli (1,6,7)</p> <p>energia 296 kcal szénhidr.33,9 g fehérje 10,8 g cukor 0,2 g zsír 11,4 g só 0,8 g telített zsír 0,3 g</p>	<p>Reszelt sajt (7) Margarin Teljesőrlésű graham kifli (1,6,7)</p> <p>energia 342 kcal szénhidr.34,5 g fehérje 17,1 g cukor 0,2 g zsír 14,3 g só 1,1 g telített zsír 0 g</p>	<p>Puding (7) Zabkeksz (1,3,5,6,7,8)</p> <p>energia 417 kcal szénhidr.58,7 g fehérje 8,5 g cukor 42,7 g zsír 15,8 g só 0,7 g telített zsír 0 g</p>	<p>Szezámagos sajtkrém (7,11) Teljesőrlésű graham zsemle (1) Jégcsap retek</p> <p>energia 210 kcal szénhidr.31,8 g fehérje 8,1 g cukor 1 g zsír 4,8 g só 0,8 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

INNOVEN KFT.

2740 Abony, Kálvin János út 9.

Adószám: 12688030-3-11-0



2024. május 20. – 24.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai		Kakaó (7) Snidlinges túrókrém (7) Kenyér (1) Jégcsap retek	Zabkása gyümölcszel (1,7,11)	Tej (7) Magyaros vajkrém (7) Teljesőrlésű graham zsemle (1) Zöldpaprika	Tej (7) Tojáskrém (3,6,10) Kenyér (1)
		energia 540 kcal szénhidr.83,1 g fehérje 26,4 g cukor 9,9 g zsír 10,8 g só 1,6 g telített zsír 0 g	energia 364 kcal szénhidr.49,1 g fehérje 13,8 g cukor 8,1 g zsír 11,6 g só 0,2 g telített zsír 0 g	energia 327 kcal szénhidr.41,8 g fehérje 13,4 g cukor 0 g zsír 11 g só 0,7 g telített zsír 0 g	energia 468 kcal szénhidr.66,4 g fehérje 21 g cukor 0 g zsír 12,5 g só 1,7 g telített zsír 0 g
Ebéd		Pírtott zöldségleves (1,3,9) Zöldséges csirkecomb ragu (1,9) Szarvacska köret (1)	Paradicsomleves (1,3,9) Natúr csirkemell (1) Sajtmártás (1,7) Petrezselymes burgonya	Tarhonyaleves (1) Sertéspörkölt (1) Kelkáposzta főzelék (1)	Lencseleves virslivel (1,6,7,10) Vanília sodó (7) Aranygaluska (1,3,7) Narancs
		energia 862 kcal szénhidr.111,6 g fehérje 40 g cukor 0 g zsír 25,8 g só 1 g telített zsír 1,9 g	energia 851 kcal szénhidr.106,8 g fehérje 57,4 g cukor 5 g zsír 17,8 g só 1,2 g telített zsír 0,4 g	energia 782 kcal szénhidr.79,3 g fehérje 39,5 g cukor 0 g zsír 31,9 g só 0,6 g telített zsír 8,9 g	energia 867 kcal szénhidr.111,8 g fehérje 37,3 g cukor 20,4 g zsír 27,4 g só 0,5 g telített zsír 0,5 g
Uzsonna		Vajkrém (7) Teljesőrlésű graham kifli (1,6,7)	Pulykamell sonka (1,6) Margarin Teljesőrlésű graham zsemle (1) Zöldpaprika	Trappista sajt (7) Margarin Kenyér (1)	Párizsi (1,6,7) Margarin Teljesőrlésű graham kifli (1,6,7) Kígyóborka
		energia 256 kcal szénhidr.34,2 g fehérje 6,5 g cukor 0,2 g zsír 10,1 g só 0,7 g telített zsír 0 g	energia 230 kcal szénhidr.30,4 g fehérje 6,8 g cukor 0 g zsír 5,4 g só 0,9 g telített zsír 0 g	energia 445 kcal szénhidr.54,6 g fehérje 19,6 g cukor 0 g zsír 16,1 g só 2 g telített zsír 0 g	energia 309 kcal szénhidr.34,6 g fehérje 11,2 g cukor 0,2 g zsír 13,4 g só 0,9 g telített zsír 0,3 g

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-csillagfürt, 14-puhatestűek

2024. május 27. – 31.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Tej (7) Kenőmájjas (1,6,7) Kenyér (1) Kígyóuborka</p> <p>energia 388 kcal szénhidr.43,8 g fehérje 18,7 g cukor 0 g zsír 14,7 g só 1,4 g telített zsír 5,1 g</p>	<p>Tejeskávé (7) Diós sajtkrém (7,8) Kenyér (1)</p> <p>energia 588 kcal szénhidr.67,5 g fehérje 22,2 g cukor 14,8 g zsír 24,7 g só 1,1 g telített zsír 0 g</p>	<p>Tej (7) Körözött (7) Teljesőrlésű graham zsemle (1) Zöldpaprika</p> <p>energia 357 kcal szénhidr.43,9 g fehérje 21,6 g cukor 0 g zsír 9,5 g só 0,8 g telített zsír 0 g</p>	<p>Kakaó (7) Tojáskrém (3,6,10) Kenyér (1)</p> <p>energia 560 kcal szénhidr.81,7 g fehérje 24,6 g cukor 9,9 g zsír 14,2 g só 1,7 g telített zsír 0 g</p>	<p>Tej (7) Trappista sajt (7) Margarin Teljesőrlésű graham zsemle (1) Zöldhagyma</p> <p>energia 439 kcal szénhidr.40,6 g fehérje 23,5 g cukor 0 g zsír 18,8 g só 1,2 g telített zsír 0 g</p>
Ebéd	<p>Magyaros burgonyaleves (1,7,9) Rántott sajt (1,3,6,7,9,10,11) Zöldséges rizs Friss saláta (10)</p> <p>energia 840 kcal szénhidr.108,4 g fehérje 22 g cukor 0,6 g zsír 33,1 g só 1,1 g telített zsír 0,3 g</p>	<p>Hamis gulyás (1,3,9) Sertéssült Gyümölcs mártás (1,7)</p> <p>energia 769 kcal szénhidr.91,2 g fehérje 35,5 g cukor 31,8 g zsír 27,3 g só 0,6 g telített zsír 8,6 g</p>	<p>Csontleves (1,3,9) Sajtos tejfölös halfilé (1,4,7) Párolt rizs</p> <p>energia 758 kcal szénhidr.115,9 g fehérje 39,9 g cukor 0 g zsír 12,7 g só 0,9 g telített zsír 0,6 g</p>	<p>Fokhagyma krémleves levesgyönggyel (1,3,5,7,8,11) Paprikás burgonya virslivel (1,6,7,10) Üborkasaláta</p> <p>energia 864 kcal szénhidr.101,8 g fehérje 31,2 g cukor 2,1 g zsír 32,5 g só 1,1 g telített zsír 0,8 g</p>	<p>Rablóleves (1,3,9) Káposztás kocka (1) Alma</p> <p>energia 850 kcal szénhidr.118,5 g fehérje 34,5 g cukor 5 g zsír 23,7 g só 0,5 g telített zsír 4,4 g</p>
Uzsonna	<p>Kefír poharas (7) Teljesőrlésű graham kifli (1,6,7)</p> <p>energia 309 kcal szénhidr.38,8 g fehérje 12,6 g cukor 0,2 g zsír 9,1 g só 1 g telített zsír 0 g</p>	<p>Zala felvágott (6) Margarin Teljesőrlésű graham zsemle (1) Kígyóuborka</p> <p>energia 272 kcal szénhidr.29,9 g fehérje 12,2 g cukor 0 g zsír 10,5 g só 0,8 g telített zsír 0,3 g</p>	<p>Májusi csemege (6) Margarin Kenyér (1)</p> <p>energia 295 kcal szénhidr.32,5 g fehérje 9,9 g cukor 0 g zsír 12,5 g só 1,4 g telített zsír 0 g</p>	<p>Magyaros vajkrém (7) Teljesőrlésű graham zsemle (1) Jégcsap retek</p> <p>energia 225 kcal szénhidr.30,9 g fehérje 6,6 g cukor 0 g zsír 8 g só 0,7 g telített zsír 0 g</p>	<p>Baromfi pástétom (3,10) Kenyér (1)</p> <p>energia 355 kcal szénhidr.54,9 g fehérje 16,9 g cukor 0 g zsír 7,7 g só 1,6 g telített zsír 0,5 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