

	Hétfő 04.07	Kedd 04.08	Szerda 04.09	Csütörtök 04.10	Péntek 04.11
Reggeli	Rizsital EN:97.5kcal ZS:2.0g TZS:0.3g SZH:19.5g CK:7.2g FH:0.6g SÓ:0.1g Pulykasonka (6;) EN:17.5kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:0.1g CK:0.1g FH:2.3g SÓ:0.4g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SÓ:0.0g Falusi kenyér (1;) EN:105.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:21.5g CK:0.7g FH:4.0g SÓ:0.2g	Rizsital EN:97.5kcal ZS:2.0g TZS:0.3g SZH:19.5g CK:7.2g FH:0.6g SÓ:0.1g Csicseriborsó krém EN:48.9kcal ZS:4.5g TZS:1.4g SZH:1.2g FH:0.6g SÓ:0.5g Falusi kenyér (1;) EN:105.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:21.5g CK:0.7g FH:4.0g SÓ:0.2g	Rizsital EN:97.5kcal ZS:2.0g TZS:0.3g SZH:19.5g CK:7.2g FH:0.6g SÓ:0.1g Zöldhagymás margarin EN:54.0kcal ZS:6.0g TZS:1.9g SÓ:0.0g Falusi kenyér (1;) EN:105.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:21.5g CK:0.7g FH:4.0g SÓ:0.2g	Rizsital EN:97.5kcal ZS:2.0g TZS:0.3g SZH:19.5g CK:7.2g FH:0.6g SÓ:0.1g Házi szárnyaskrém EN:9.7kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:0.2g CK:0.0g FH:1.2g SÓ:0.1g CA:0.0mg Falusi kenyér (1;) EN:105.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:21.5g CK:0.7g FH:4.0g SÓ:0.2g Tv paprika EN:9.0kcal ZS:0.0g SZH:1.4g FH:0.4g	Citromos tea (12;) EN:40.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Tonhalkrém (4;10;) EN:70.3kcal ZS:6.6g TZS:2.1g SZH:0.1g CK:0.0g FH:2.6g SÓ:0.1g Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1;) EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g Savanyított aprókáposzta EN:6.0kcal ZS:0.1g SZH:1.0g CK:0.6g FH:0.3g SÓ:0.0g
Tízórai	Alma EN:22.8kcal ZS:0.3g SZH:4.5g FH:0.3g	Alma EN:22.8kcal ZS:0.3g SZH:4.5g FH:0.3g	Alma EN:22.8kcal ZS:0.3g SZH:4.5g FH:0.3g	Kígyóborka hasábok EN:3.6kcal ZS:0.0g SZH:0.5g FH:0.3g	Alma EN:22.8kcal ZS:0.3g SZH:4.5g FH:0.3g
Ebéd	Párolt darált csirkecombfilé EN:101.0kcal ZS:6.6g TZS:1.2g FH:9.8g SÓ:0.1g Zöldbabfőzelék püré (1;) EN:276.6kcal ZS:8.3g TZS:0.9g SZH:43.8g CK:4.0g FH:9.3g SÓ:0.0g Alma EN:22.8kcal ZS:0.3g SZH:4.5g FH:0.3g	Párolt darált pulyka combfilé EN:84.1kcal ZS:3.8g TZS:0.9g SZH:1.7g CK:0.0g FH:10.0g SÓ:0.1g CA:0.0mg Paradicsomos burgonyafőzelék püré (1;) EN:257.1kcal ZS:5.2g TZS:0.5g SZH:43.3g CK:5.0g FH:5.7g SÓ:0.0g Alma EN:22.8kcal ZS:0.3g SZH:4.5g FH:0.3g	Párolt darált csirkemell EN:87.1kcal ZS:5.6g TZS:0.9g FH:8.5g SÓ:0.0g Paszternákfőzelék püré (1;) EN:320.6kcal ZS:6.3g TZS:0.9g SZH:56.3g CK:21.6g FH:7.2g SÓ:0.3g CA:120.0mg Körte EN:33.8kcal SZH:7.8g CK:1.0g FH:0.3g	Párolt darált csirkecombfilé EN:101.0kcal ZS:6.6g TZS:1.2g FH:9.8g SÓ:0.1g Cékalfőzelékpüré (1;) EN:204.8kcal ZS:3.8g TZS:1.2g SZH:41.0g CK:23.3g FH:3.5g SÓ:0.6g CA:0.0mg Alma EN:22.8kcal ZS:0.3g SZH:4.5g FH:0.3g	Párolt darált pulyka combfilé EN:84.1kcal ZS:3.8g TZS:0.9g SZH:1.7g CK:0.0g FH:10.0g SÓ:0.1g CA:0.0mg Cukkinifőzelék püré EN:238.6kcal ZS:6.4g TZS:1.0g SZH:37.2g CK:6.6g FH:5.7g SÓ:0.2g CA:72.0mg Banán EN:68.3kcal SZH:15.7g FH:0.8g
Uzsonna	Gyümölcs tea (12;) EN:22.2kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.2g CK:5.2g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Kapros margarin EN:54.0kcal ZS:6.0g TZS:1.9g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1;) EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g Jégcsapretek EN:4.5kcal ZS:0.0g SZH:0.7g FH:0.4g	Gyümölcs tea (12;) EN:22.2kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.2g CK:5.2g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Zöldséges virsli saláta EN:45.8kcal ZS:2.5g TZS:0.7g SZH:3.9g CK:1.2g FH:2.0g SÓ:0.2g CA:12.0mg Falusi kenyér (1;) EN:105.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:21.5g CK:0.7g FH:4.0g SÓ:0.2g Kígyóborka friss EN:3.6kcal ZS:0.0g SZH:0.5g FH:0.3g	Citromos tea (12;) EN:40.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SÓ:0.0g Kedvenc ízek Baromfipárizs e 1000 g GM, LM EN:30.4kcal ZS:2.5g TZS:0.9g SZH:0.2g CK:0.1g FH:1.6g SÓ:0.3g Reszelt cékla EN:12.9kcal ZS:0.1g SZH:3.0g CK:2.1g FH:0.5g SÓ:0.1g Falusi kenyér (1;) EN:105.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:21.5g CK:0.7g FH:4.0g SÓ:0.2g	Citromos tea (12;) EN:40.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Méz EN:30.4kcal SZH:8.2g CK:8.2g FH:0.0g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SÓ:0.0g Teljes kiőrlésű búza kenyér 1kg (1;) EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g	Citromos tea (12;) EN:40.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Csirkemellsonka KREL EN:16.4kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:0.3g CK:0.1g FH:2.3g SÓ:0.3g Margarin EN:9.0kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SÓ:0.0g Falusi kenyér (1;) EN:105.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:21.5g CK:0.7g FH:4.0g SÓ:0.2g
Összesítés	EN: 830.6 kcal; ZS: 26.0 g; TZS: 5.1 g; SZH: 119.8 g; CK: 17.2 g; FH: 29.8 g; SÓ: 1.5 g; CA: 0.0 mg;	EN: 815.2 kcal; ZS: 19.3 g; TZS: 4.0 g; SZH: 127.3 g; CK: 20.0 g; FH: 27.7 g; SÓ: 1.4 g; CA: 12.0 mg;	EN: 918.4 kcal; ZS: 24.5 g; TZS: 5.3 g; SZH: 144.3 g; CK: 43.4 g; FH: 26.9 g; SÓ: 1.4 g; CA: 120.0 mg;	EN: 730.5 kcal; ZS: 14.7 g; TZS: 3.3 g; SZH: 126.8 g; CK: 49.4 g; FH: 23.0 g; SÓ: 1.7 g; CA: 0.0 mg;	EN: 798.2 kcal; ZS: 19.5 g; TZS: 4.6 g; SZH: 122.0 g; CK: 28.0 g; FH: 29.0 g; SÓ: 1.6 g; CA: 72.0 mg;

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-Halak; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csillagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.