



HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

T	Tej(7) Kal:124 F: 6g Zs: 9g Sz:0,1g Tzs:3,8g C:0,0g Kenyér t.k.(1) Kal: 48 F: 2g Zs: 2g Sz: 5g Sz:0,1g Tzs:1,1g C:0,0g Delma multivitamin(7) Kal: 42 F: 0g Zs: 5g Sz: 0g Sz:0,6g Tzs:1,2g C:0,1g Sonka /-szenvics(7-6-10) Kal: 31 F: 5g Zs: 1g Sz: 0g Sz:0,5g Tzs:0,5g C:0,0g Kaliforniai paprika Kal: 14 F: 1g Zs: 0g Sz: 2g Sz:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Gyümölcs tea Kal: 52 F: 0g Zs: 0g Sz:12g Sz:0,0g Tzs:0,0g C: 12g Sült kifli(1-7) Kal:248 F: 9g Zs: 9g Sz:33g Sz:0,9g Tzs:5,2g C:0,0g	Tejeskave(7) Kal:164 F: 6g Zs: 6g Sz:19g Sz:0,1g Tzs:3,8g C:9,2g Főtt tojás(3) Kal: 41 F: 3g Zs: 3g Sz: 0g Sz:0,0g Tzs:1,1g C:0,0g Ráma margarin(7) Kal: 62 F: 0g Zs: 7g Sz: 0g Sz:0,0g Tzs:3,3g C:0,0g Kenyér t.k.(1) Kal:382 F: 1g Zs:42g Sz: 2g Sz:0,1g Tzs: 20g C:0,0g Paradicsom Kal: 7 F: 0g Zs: 0g Sz: 1g Sz:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Tej(7) Kal:124 F: 6g Zs: 6g Sz: 9g Sz:0,1g Tzs:3,8g C:0,0g Vajkrem(7) Kal: 78 F: 1g Zs: 8g Sz: 0g Sz:0,2g Tzs:3,9g C:0,0g Kakaos kalács(1-3) Kal:662 F:18g Zs:19g Sz:99g Sz:0,7g Tzs:2,4g C: 42g	Citromos tea Kal: 86 F: 0g Zs: 0g Sz:20g Sz:0,0g Tzs:0,0g C: 20g Házi sajtkrem(7) Kal: 95 F: 3g Zs:10g Sz: 0g Sz:0,2g Tzs:4,9g C:0,0g Kenyér t.k.(1) Kal:382 F: 1g Zs:42g Sz: 2g Sz:0,1g Tzs: 20g C:0,0g Tv paprika Kal: 5 F: 0g Zs: 0g Sz: 1g Sz:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g
	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 259 13 13 16 1,2 7 0,1	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 300 9 9 45 0,9 5 12	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 656 10 58 22 0,2 28 9,2	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 864 24 33 109 1,0 10 42	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 569 4 52 24 0,3 25 20
	Csontleves(9-1-7-3-10) Kal:112 F: 5g Zs: 1g Sz:20g Sz:0,4g Tzs:0,1g C:1,8g Sertésporkolt(1-7-3-9-10) Kal:214 F:19g Zs:14g Sz: 2g Sz:0,4g Tzs:0,0g C:0,1g Szemesbab főzelek(1-7) Kal:401 F:17g Zs:13g Sz:51g Sz:0,8g Tzs:4,4g C:4,1g Kenyér fehér(1) Kal:346 F: 3g Zs: 0g Sz:82g Sz:0,5g Tzs:0,0g C:0,0g	Gulyasleves(9-3-1-7-10) Kal:258 F:16g Zs:14g Sz:15g Sz:0,6g Tzs:1,9g C:1,1g Túrós sztrapaeska(1-7-3) Kal:768 F:31g Zs:26g Sz:99g Sz:0,5g Tzs:4,9g C:0,0g Kenyér t.k.(1) Kal: 10 F: 0g Zs: 0g Sz: 2g Sz:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Tojásleves(3-1-7-9-10) Kal:193 F: 7g Zs:15g Sz: 7g Sz:1,0g Tzs:1,9g C:0,0g Vadas sertestokany(1-7-3-9-10) Kal:482 F:25g Zs:35g Sz:14g Sz:0,3g Tzs:4,0g C:1,2g Tesztakoret(1-3) Kal:321 F:11g Zs: 7g Sz:51g Sz:0,9g Tzs:0,0g C:0,0g	Sajtleves(7-1) Kal:175 F: 4g Zs:14g Sz: 7g Sz:1,4g Tzs:3,9g C:0,0g Kenyér kocka(1) Kal: 41 F: 1g Zs: 0g Sz: 9g Sz:0,2g Tzs:0,0g C:0,0g Gombas sertesszelet(1-7) Kal:268 F:20g Zs:16g Sz: 8g Sz:1,8g Tzs:4,6g C:0,0g Párolt rizs Kal:283 F: 6g Zs: 6g Sz:54g Sz:0,3g Tzs:0,0g C:0,0g	Zoldsegleves(9-1-7-3-10) Kal:179 F: 4g Zs: 9g Sz:18g Sz:0,5g Tzs:0,0g C:1,3g Natur halfilé (4) Kal:220 F:17g Zs:16g Sz: 0g Sz:0,5g Tzs:4,4g C:0,0g Fokhagymamartas(1-7) Kal:139 F: 3g Zs: 9g Sz:10g Sz:1,5g Tzs:2,2g C:0,0g Petrezselymes burgonya Kal:331 F: 6g Zs:11g Sz:47g Sz:0,7g Tzs:0,0g C:0,0g
E	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 1073 44 0 154 2,2 5 6,0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 1037 47 40 116 1,2 7 1,1	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 996 42 57 71 2,1 6 1,2	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 767 32 36 78 3,8 8 0,0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 868 30 45 75 3,3 7 1,3
	Kakaos kifli(1-7-3) Kal:167 F: 4g Zs: 4g Sz:27g Sz:0,4g Tzs:0,0g C:0,0g Banan Kal:189 F: 2g Zs: 0g Sz:44g Sz:0,0g Tzs:0,0g C: 44g	Zsemle t.k.(1) Kal:150 F: 5g Zs: 1g Sz:30g Sz:0,5g Tzs:0,0g C:0,0g Gyümölcsös turo(7) Kal:128 F: 7g Zs: 3g Sz:19g Sz:0,1g Tzs:1,5g C: 15g	Felvagott-loncs(6) Kal: 63 F: 4g Zs: 5g Sz: 0g Sz:0,4g Tzs:0,0g C:0,0g Liga margarin(7) Kal: 62 F: 0g Zs: 0g Sz: 0g Sz:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g Kenyér fehér(1) Kal:472 F: 3g Zs: 1g Sz:22g Sz:0,5g Tzs:0,0g C:0,0g Uborka Kal: 3 F: 0g Zs: 0g Sz: 0g Sz:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Lilahagyma Kal: 4 F: 0g Zs: 0g Sz: 1g Sz:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g Korozott(7) Kal: 61 F: 6g Zs: 3g Sz: 2g Sz:0,6g Tzs:1,7g C:0,0g Kenyér t.k.(1) Kal: 10 F: 0g Zs: 0g Sz: 2g Sz:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Delma margarinos zsemle(7-1) Kal:185 F: 5g Zs: 5g Sz:30g Sz:1,0g Tzs:1,0g C:0,1g Korte Kal: 78 F: 1g Zs: 0g Sz:18g Sz:0,0g Tzs:0,0g C: 18g
	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 356 6 4 71 0,4 0 44	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 278 11 3 49 0,6 2 15	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 600 7 5 22 1,0 0 0,0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 75 6 3 5 0,6 2 0,0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 263 5 5 48 1,0 1 18
U					

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket !

* T.Zs = Telített zsírsav

A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat, melyért elnézést kérünk ! * jelölt étel édesítőt tartalmaz

Glutén (1) Rákfélé (2) Tojás (3) Hal (4) Mogoró (5) Szójabab (6) Tej (7) Diófélé (8) Zeller (9) Mustár (10) Szezám (11) SO₂-szulfid (12) Csillagfűrt (13) Puhatestűek (14)

Élelmezésvezető: Levente Pócs

Diétás étkeztetést igény szerint biztosítunk !

Csuha Csaba