



ÉTLÁP

MEGÚJULÓ KÖZÉTKEZTETÉS



6. hét 2024.02.05 - 2024.02.11-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Forralt tej (7) Bécsi felvágott Margarin teljeskiőrlésű kenyér (1)	Erdői gyümölcs tea (12) Csirkemellsonka Margarin Lilahagyma Zsemle (1)	Málna tea Trappista sajt (7) Margarin Kifli (1;7)	Kakaó(7) Vaj (7) Fozslós kalács (1;3;6;7;8;11;13)	Citromos tea Padlizsánkrem (3;7;10) teljeskiőrlésű kenyér (1) Paradicsom	Forralt tej (7) Vaníliás croissant (1;3;6;7;11;13)	Málna tea Tojásrántotta (3;7) Félbarna kenyér (1)
Tápanyagértékek	EN:588 ZS:25,3 TZS:8,3 FH:25,1 SZH:62,6 CK:15,6 SO:2,7	EN:446 ZS:8,1 TZS:2,1 FH:19,3 SZH:70,7 CK:4,6 SO:1,5	EN:534 ZS:22,5 TZS:12,9 FH:22,0 SZH:59,6 CK:15,9 SO:1,7	EN:594 ZS:28,7 TZS:13,9 FH:18,6 SZH:68,2 CK:24,6 SO:0,9	EN:387 ZS:12,7 TZS:6,6 FH:10,6 SZH:54,1 CK:4,6 SO:2,8	EN:459 ZS:10,2 TZS: FH:15,4 SZH:74,4 CK:44,8 SO:0,3	EN:578 ZS:20,5 TZS:5,8 FH:28,6 SZH:67,9 CK:14,9 SO:2,1
Tízórai	Banán	50 %-os gyümölcsnektár	Alma	Sajtos-baconos párna (1;3;7)	Banán	50 %-os gyümölcsnektár	Mandarin
Tápanyagértékek	EN:210 ZS: TZS: FH:2,6 SZH:48,4 CK: SO:	EN:48 ZS:1,0 TZS:0,2 FH:1,0 SZH:11,2 CK:10,8 SO:0,0	EN:56 ZS:0,6 TZS: FH:0,6 SZH:11,2 CK:0 SO:0	EN:375 ZS:22,6 TZS:11,5 FH:1,4 SZH:29,9 CK:1,4 SO:2,3	EN:210 ZS:0 TZS: FH:2,6 SZH:48,4 CK:0 SO:0	EN:48 ZS:1,0 TZS:0,2 FH:1,0 SZH:11,2 CK:10,8 SO:0,0	EN:68 ZS: TZS: FH:1,0 SZH:14,7 CK: SO:
Ebéd A	Bakonyi sertés betyárleves (1;7) Gránátos kocka (1;12)	Májgaluskaleves (1;3;7;9;10) Főtt tojás (3) Parajmártás (1;7)	Fahéjas almaleves (1;7) Rizseshús Csemege uborka	Lebbencs leves (1;12) Zöldfűszeres csirkemell	Kertészleves (1) Zöldséges- csirkés bulgur (1) Alma	Bagolyborsóleves (1;7) Csülök Pékne módra (12) Csalamádé	Sajtgaluska leves (1;3;7;9) Rakott keltkáposzta (7)
Tápanyagértékek	EN:1422 ZS:45,0 TZS:8,7 FH:48,6 SZH:202,1 CK:10,4 SO:5,1	EN:996 ZS:29,6 TZS:6,0 FH:34,6 SZH:140,1 CK:21,4 SO:5,5	EN:997 ZS:26,8 TZS:3,3 FH:37,1 SZH:151,0CK:42,8 SO:3,9	EN:1161 ZS:35,0 TZS:5,2 FH:48,7 SZH:153,2 CK:28,2 SO:7,6	EN:781 ZS:14,9 TZS:2,0 FH:40,8 SZH:117,6 CK:19,3 SO:2,8	EN:1040 ZS:52,8 TZS:16,6 FH:42,6 SZH:89,5 CK:2,7 SO:3,2	EN:696 ZS:27,3 TZS:6,1 FH:31,4 SZH:80,2 CK:5,3 SO:2,8
Ebéd B	Bakonyi sertés betyárleves (1;7) Gofri (1;3;6;7) Vanília	Májgaluskaleves (1;3;7;9;10) Sült debreceni kolbász	Fahéjas almaleves (1;7) Sült csirkecomb Bulgur köret (1)	Lebbencs leves (1;12) Sertés vagdalt (1;3;5;6;7;8;10;11)	Kertészleves (1) Milánói spagetti sertés (1) Reszelt sajt	Bagolyborsóleves (1;7) Zúza pörkölt Galuska köret (1;3)	Sajtgaluska leves (1;3;7;9) Sertés sült Csöben sült vegyes
Tápanyagértékek	EN:899 ZS:45,3 TZS:13,5 FH:34,8 SZH:85,6 CK:28,8 SO:2,4	EN:1203 ZS:46,1 TZS:16,5 FH:43,1 SZH:150,3CK:46,2 SO:6,7	EN:1751 ZS:96,8 TZS:18,4 FH:78,5 SZH:134,9 CK:60,1 SO:4,2	EN:1731 ZS:85,3 TZS:18,8 FH:60,1 SZH:170,7CK:8,4 SO:5,8	EN:1507 ZS:54,4 TZS:20,0 FH:58,0 SZH:194,4 CK:58,1 SO:3,8	EN:1057 ZS:37,4 TZS:5,5 FH:67,2 SZH:169,2 CK:2,7 SO:4,5	EN:745 ZS:54,5 TZS:13,4 FH:42,3 SZH:21,0 CK:8,3 SO:2,4
Úzsonna	Natúr joghurt (7)	Mandarin	Pizzás csiga (1;6;7)	Liegeois vaníliás puding 175g	Pogácsa (1;3;7)	Kefir (7)	Gyümölcsjoghurt (7)
Tápanyagértékek	EN:92 ZS:5,2 TZS:3,4 FH:5,0 SZH:5,7 CK: SO:	EN:68 ZS:0 TZS: FH:1,0 SZH:14,7 CK:0 SO:0	EN:392 ZS:17,9 TZS:1,4 FH:7,2 SZH:48,7 CK:3,7 SO:0,4	EN:154 ZS:4,2 TZS:3,5 FH:1,4 SZH:21,7 CK:0 SO:0,26	EN:207 ZS:11,0 TZS:3,2 FH:4,2 SZH:25,8 CK:0,7 SO:1,2	EN:92 ZS:5,2 TZS:3,4 FH:5,0 SZH:5,7 CK: SO:	EN:144 ZS:4,5 TZS:2,7 FH:5,2 SZH:23,1 CK:22,5 SO:0,0
Vacsora	Tepertőkrém (7;10) Zsemle (1) Paprika	Francia saláta (3;7;10;12) Csemege sertéssült	Tonhalkrém (3;4;6;7;10) teljeskiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka	Zöldséges felvágott (10) Margarin Zsemle (1) Jégcsapretek	Túrógombóc (1;7) Porcukros tejfől (7)	Paprikás csemege szalámi Margarin teljeskiőrlésű kenyér (1) Paprika	Magyaros szendvicsek (7) teljeskiőrlésű kenyér (1) Lilahagyma
Tápanyagértékek	EN:631 ZS:30,6 TZS:11,9 FH:14,5 SZH:65,6 CK:2,1 SO:0,3	EN:634 ZS:38,9 TZS:7,5 FH:38,6 SZH:25,4 CK:11,8 SO:3,2	EN:573 ZS:31,2 TZS:11,7 FH:15,9 SZH:52,9 CK:5,0 SO:2,5	EN:294 ZS:12,0 TZS:3,8 FH:10,6 SZH:35,0 CK:1,7 SO:1,4	EN:944 ZS:18,1 TZS:7,0 FH:25,6 SZH:167,8 CK:75,2 SO:1,8	EN:591 ZS:32,5 TZS:13,0 FH:20,3 SZH:50,5 CK:1,6 SO:3,2	EN:374 ZS:8,1 TZS:4,5 FH:17,2 SZH:53,7 CK:2,8 SO:1,6
Allergének: 1. Glutén; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej, laktóz; 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid és szulfidok; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűek.							



ÉTLÁP

MEGÚJULÓ KÖZÉTKEZTETÉS



7. hét 2024.02.12 - 2024.02.18-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Karamellás tej (7) Margarin Sajtós stangli (1;6;7)	Citromos tea Csemege szalámi Margarin Teljeskiőrlelésű zsemle (1;6) Paradicsom	Gyümölcs tea (12) Kenőmájas Félbarna kenyér (1) Jégcsaprettek	Forralt tej (7) méz Vaj (7) Félbarna kenyér (1)	Málna tea Főtt virsli P Ketchup teljeskiőrlelésű kenyér (1)	Citromos tea Bundás kenyér(1;3)	Forralt tej (7) Pulyka pizzasonka (6) Margarin Félbarna kenyér (1)
Tápanyagértékek	EN:507 ZS:16,0 TZS:6,0 FH:23,9 SZH:67,0 CK:16,9 SO:2,0	EN:706 ZS:38,6 TZS:14,5 FH:23,2 SZH:68,9 CK:3,6 SO:4,1	EN:453 ZS:12,0 TZS:5,3 FH:13,2 SZH:71,2 CK:15,9 SO:2,4	EN:649 ZS:21,7 TZS:11,2 FH:16,3 SZH:99,0 CK:47,2 SO:1,4	EN:509 ZS:19,1 TZS:5,8 FH:17,9 SZH:63,9 CK:17,2 SO:3,0	EN:448 ZS:20,4 TZS:2,3 FH:10,1 SZH:53,7 CK:3,1 SO:1,0	EN:483 ZS:12,7 TZS:2,8 FH:25,1 SZH:66,4 CK:14,4 SO:3,1
Tízórai	50 %-os gyümölcsnektár	Alma	Kefir (7) Kifli (1;7)	Banán	Tejföl (7) Kifli (1;7)	50 %-os gyümölcsnektár	Mandarin
Tápanyagértékek	EN:48 ZS:1,0 TZS:0,2 FH:1,0 SZH:11,2 CK:10,8 SO:0,0	EN:56 ZS:0,6 TZS:0,6 SZH:11,2 CK:0 SO:0	EN:207 ZS:6,1 TZS:3,9 FH:8,5 SZH:28,6 CK:1,1 SO:0,4	EN:210 ZS: TZS: FH:2,6 SZH:48,4 CK:0 SO:0	EN:323 ZS:18,9 TZS:12,2 FH:8,0 SZH:27,9 CK:6,0 SO:0,4	EN:48 ZS:1,0 TZS:0,2 FH:1,0 SZH:11,2 CK:10,8 SO:0,0	EN:68 ZS:0 TZS:0,2 SZH:14,7 CK:0 SO:0
Ebéd A	Mustáros pulykaraguleves (1;3;7;10) Tejberizs (7) Fahéj szórát Félbarna kenyér (1) Narancs	Reszelt tésztalevés (1) Húsgombóc (sertés) (3) Gombamártás (1;7) Főtt burgonya 1/2 (12)	Paradicsomleves (1) Rántott csirkemell (1;3) Kukoricás rizs Csemege uborka (10)	Tojásleves (1;3) Sertéspörkölt Kelkáposzta főzelék (1;12) Alma	Magyaros karfiolleves (1;3) Tejszínes- csirkés penne (1;7) Reszelt sajt (7) Menü süti (1;3;5;6;7;8)	Zellerkrémleves (1;7;9) Pírtott zsemlekocka (1;3;7) Óvári csirkemell (1;7) Párolt rizs köret	Vegyes gyümölcsleves (1;7) Göngyölt csirkecombfilé (1;3;5;6;7;8;10;11) Petrezselymes burgonya (12)
Tápanyagértékek	EN:888 ZS:11,0 TZS:1,6 FH:38,5 SZH:154,7 CK:46,2 SO:4,4	EN:828 ZS:26,1 TZS:4,3 FH:44,2 SZH:99,2 CK:1,4 SO:5,8	EN:1557 ZS:66,3 TZS:8,7 FH:59,1 SZH:178,3 CK:12,9 SO:6,9	EN:895 ZS:61,9 TZS:11,2 FH:27,8 SZH:54,3 CK: SO:4,4	EN:950 ZS:41,0 TZS:7,8 FH:35,7 SZH:107,0 CK:18,4 SO:2,5	EN:1118 ZS:47,1 TZS:9,0 FH:50,1 SZH:121,1 CK:2,9 SO:4,2	EN:968 ZS:39,2 TZS:5,3 FH:37,3 SZH:104,2 CK:32,6 SO:3,7
Ebéd B	Mustáros pulykaraguleves (1;3;7;10) Tejföl (7) Reszelt sajt (7) Spagetti (1) Félbarna kenyér (1) Narancs	Reszelt tésztalevés (1) Pulykatokány (1) Zöldbabfőzelék (1;7) teljeskiőrlelésű kenyér (1) Alma	Paradicsomleves (1) Roston sült csirkemell Bulgur köret (1) Barbecue öntet	Tojásleves (1;3) Zöldborsós sertésragu (1) Kuszkus köret(1) teljeskiőrlelésű kenyér (1) Alma	Magyaros karfiolleves (1;3) Bácskai rizseshús Mongol saláta (10)	Zellerkrémleves (1;7;9) Pírtott zsemlekocka (1;3;7) Reszelt csirkemáj (1) Főtt burgonya (12) Kovászos uborka (1;10)	Vegyes gyümölcsleves (1;7) Rántott sertészslelet (1;3) Párolt zöldségköret
Tápanyagértékek	EN:1030 ZS:33,4 TZS:9,6 FH:47,6 SZH:130,6 CK:8,2 SO:5,5	EN:883 ZS:36,2 TZS:4,6 FH:36,7 SZH:95,2 CK:7,9 SO:6,4	EN:1043 ZS:35,9 TZS:4,4 FH:43,2 SZH:134,0 CK:24,7 SO:4,7	EN:1782 ZS:73,9 TZS:14,1 FH:61,1 SZH:209,3 CK:6,8 SO:6,1	EN:897 ZS:39,9 TZS:8,1 FH:30,5 SZH:103,1 CK:3,1 SO:4,1	EN:868 ZS:31,8 TZS:5,9 FH:41,9 SZH:94,7 CK:3,9 SO:5,8	EN:1579 ZS:90,0 TZS:12,8 FH:39,7 SZH:134,4 CK:34,6 SO:3,9
Uzsonna	Eurofood baromfikrém pástétom csirkemájjal	Krémtúró, vaníliás (7)	Őszibarackbefőtt	Liegeois vaníliás puding 175g (1;7)	Piskóta rolád (1;3;7)	Narancs	Túró rudí (6;7)
Tápanyagértékek	EN:258 ZS:11,8 TZS:2,8 FH:10,5 SZH:28,0 CK:0,6 SO:1,3	EN:154 ZS:4,5 TZS:3,1 FH:7,6 SZH:20,7 CK:19,8 SO:0,2	EN:43 ZS:0,0 TZS:0,0 FH:0,4 SZH:11,6 CK:10,6 SO:0,0	EN:154 ZS:4,2 TZS:3,5 FH:1,4 SZH:21,7 CK:0 SO:0,26	EN:192 ZS:8,6 TZS:5,4 FH:2,3 SZH:26,1 CK:17,1 SO:0,3	EN:82 ZS: TZS: FH:1,2 SZH:17,0 CK: SO:	EN:107 ZS:5,4 TZS:4,5 FH:2,9 SZH:11,7 CK:11,1 SO:0,0
Vacsora	Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér (1)	Zöldhagymás tejszínkrém (7) teljeskiőrlelésű kenyér (1) Paprika	Mákos guba (1;5;6;7;8;11) Vanília sodó (7)	Lángolt kolbász Félbarna kenyér (1) Paprika	Félbarna kenyér (1) Orosz hússaláta (3;7;10;12)	Sajtós párizsi (7) Margarin Zsemle (1) Kígyóuborka	Pecsényehúskrém zsirban Félbarna kenyér (1) Lilahagyma
Tápanyagértékek	EN:428 ZS:16,9 TZS:6,4 FH:14,6 SZH:53,2 CK:0,5 SO:2,6	EN:458 ZS:19,5 TZS:11,8 FH:10,9 SZH:52,3 CK:3,1 SO:1,4	EN:736 ZS:18,8 TZS:3,9 FH:25,4 SZH:114,3 CK:40,5 SO:1,9	EN:456 ZS:14,4 TZS:5,8 FH:24,6 SZH:54,8 CK:0,2 SO:1,7	EN:668 ZS:20,1 TZS:2,4 FH:28,0 SZH:87,7 CK:14,0 SO:4,4	EN:460 ZS:14,9 TZS:4,3 FH:18,2 SZH:63,6 CK:2,2 SO:1,4	EN:775 ZS:61,1 TZS:32,4 FH:9,7 SZH:56,9 CK:0,2 SO:1,2

Allergének: 1. Glutén; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej, laktóz; 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezámmag; 12. Kén-dioxid és szulfitok; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.



ÉTLÁP

MEGÚJULÓ KÖZÉTKEZTETÉS



8. hét 2024.02.19 - 2024.02.25-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Meggyes tea Olasz felvágott Margarin teljeskiőrlésű kenyér (1)	Forralt tej (7) Gyümölcsös túrókrém (7) Zsemle (1)	Tejeskávé (1;7) Bécsi felvágott Margarin Szezámos kifli (1;5;8;11;13)	Citromos tea Csicscriborsó krém (7) teljeskiőrlésű kenyér (1)	Puncs tea Házi csirkemájkrém teljeskiőrlésű kenyér (1) Paradicsom	Erdei gyümölcs tea (12) Sült császárszalonna Félbarna kenyér (1)	Forralt tej (7) Löncs felvágott Margarin teljeskiőrlésű kenyér (1)
Tápanyagértékek	EN:483 ZS:17,5 TZS:6,1 FH:15,8 SZH:62,2 CK:15,2 SO:2,8	EN:557 ZS:11,9 TZS:3,8 FH:24,5 SZH:86,5 CK:25,6 SO:0,3	EN:343 ZS:23,4 TZS:7,9 FH:15,7 SZH:17,5 CK:14,7 SO:1,4	EN:438 ZS:6,9 TZS:3,6 FH:18,0 SZH:71,9 CK:3,7 SO:2,2	EN:650 ZS:33,9 TZS:17,2 FH:17,7 SZH:69,9 CK:21,4 SO:2,7	EN:666 ZS:41,8 TZS:11,4 FH:15,0 SZH:55,1 CK:3,0 SO:2,4	EN:522 ZS:18,1 TZS:5,0 FH:25,1 SZH:62,0 CK:16,0 SO:3,2
Tízórai	Nápolyi (1;7)	Sós pereg (1;3;7)	Narancs	Natúr joghurt (7)	Alma	Kefír (7)	Kockasajt, natúr (7) Kifli (1;7)
Tápanyagértékek	EN:93 ZS:5,4 TZS:2,1 FH:1,0 SZH:10,2 CK:4,4 SO:0,0	EN:196 ZS:5,3 TZS:0 FH:5,6 SZH:30,3 CK:0 SO:1,4	EN:82 ZS:0 TZS: FH:1,2 SZH:17,0 CK:0 SO:0	EN:92 ZS:5,2 TZS:3,4 FH:5,0 SZH:5,7 CK:0 SO:0	EN:56 ZS:0,6 TZS: FH:0,6 SZH:11,2 CK:0 SO:0	EN:92 ZS:5,2 TZS:3,4 FH:5,0 SZH:5,7 CK:0 SO:0	EN:257 ZS:12,0 TZS:8,0 FH:10,1 SZH:26,6 CK:1,1 SO:1,4
Ebéd A	Sertés gulyásleves (1;3;9;12) Gofri (1;3;6;7) Csokiöntet (1;7) Félbarna kenyér (1) Alma	Kukoricadaragalskaleves (1;3) Sertéspörkölt Fejtett babfőzelék (1;7) Félbarna kenyér (1)	Mézes sütőtökrémleves (1;7) Pirított zsemlekoeca (1;3;7) Grillfüzeres csirkecomb filé Burgonyapüré (7;12) Túró rudi (6;7)	Csontleves Levesbetét tészta (1) Sertés sült Vegyes gyümölcsmártás (1;7) Pirított dara (1)	Karalábéleves (1;3;7) Carbonara spagetti (1;7) Reszelt sajt (7)	Jókai bableves (1;7;9) Rizsfelfújt (1;3;7) Gyümölcsvelő Félbarna kenyér (1)	Zöldségleves (1;3) Halpaprikás (1;4;7) Túrós csusza (1;7)
Tápanyagértékek	EN:900 ZS:33,8 TZS:9,0 FH:38,5 SZH:111,3 CK:27,9 SO:3,0	EN:1128 ZS:59,8 TZS:10,4 FH:43,2 SZH:106,5 CK:8,4 SO:3,7	EN:1218 ZS:50,9 TZS:15,5 FH:68,2 SZH:111,4 CK:33,9 SO:8,7	EN:1314 ZS:52,3 TZS:9,4 FH:48,6 SZH:159,0 CK:44,1 SO:21,8	EN:1149 ZS:57,9 TZS:14,0 FH:39,0 SZH:126,1 CK:6,3 SO:4,2	EN:1387 ZS:49,2 TZS:12,6 FH:41,3 SZH:191,8 CK:61,8 SO:6,2	EN:718 ZS:43,5 TZS:12,1 FH:25,3 SZH:57,3 CK:4,1 SO:4,7
Ebéd B	Sertés gulyásleves (1;3;9;12) Káposztás kocka (1) Alma Félbarna kenyér (1)	Kukoricadaragalskaleves (1;3) Főtt tojás (3) Sóska mártás (1;7) Főtt burgonya 1/2 (12) Félbarna kenyér (1)	Mézes sütőtökrémleves (1;7) Pirított zsemlekoeca (1;3;7) Őszi rizseshús Túró rudi (6;7)	Csontleves Levesbetét tészta (1) Fokhagymás sertéssült (1) Tökfőzelék (1;7) Félbarna kenyér (1)	Karalábéleves (1;3;7) Rántott sajt (1;3;7) Kukoricás rizs Tartármártás (3;7;10)	Jókai bableves (1;7;9) Császármorzsa (1;3;6;7) Barack lekvár Félbarna kenyér (1)	Zöldségleves (1;3) Töltött dagadó (1;3) Hagymás tört burgonya (12) Csalamádé (10;12)
Tápanyagértékek	EN:1071 ZS:25,5 TZS:3,9 FH:42,9 SZH:170,2 CK:12,3 SO:4,9	EN:629 ZS:13,2 TZS:2,7 FH:26,0 SZH:104,0 CK:9,4 SO:11,7	EN:910 ZS:21,8 TZS:8,3 FH:37,7 SZH:139,6 CK:27,6 SO:3,4	EN:891 ZS:35,3 TZS:5,0 FH:36,5 SZH:103,1 CK:29,4 SO:22,8	EN:1411 ZS:82,4 TZS:14,7 FH:31,7 SZH:141,7 CK:10,7 SO:4,9	EN:1456 ZS:52,6 TZS:17,6 FH:35,7 SZH:204,6 CK:23,3 SO:5,1	EN:1019 ZS:46,8 TZS:10,9 FH:49,9 SZH:89,0 CK:2,3 SO:6,6
Üzsonna	50 %-os gyümölcsnektár	Meggybefőtt	Pogácsa (1;3;7)	Banán	Menü süti (1;3;5;6;7;8)	Sajtos croissant (1;7)	Mandarin
Tápanyagértékek	EN:48 ZS:1,0 TZS:0,2 FH:1,0 SZH:11,2 CK:10,8 SO:0,0	EN:42 ZS:0,2 TZS: FH:0,4 SZH:12,7 CK:12,0 SO:0	EN:207 ZS:11,0 TZS:3,2 FH:4,2 SZH:25,8 CK:0,7 SO:1,2	EN:210 ZS:0 TZS: 0 FH:2,6 SZH:48,4 CK:0 SO:0	EN:103 ZS:3,6 TZS:1,6 FH:1,6 SZH:15,7 CK:9,5 SO:0	EN:192 ZS:10,0 TZS:5,5 FH:3,0 SZH:21,5 CK:0,8 SO:0,8	EN:68 ZS: 0 TZS: FH:1,0 SZH:14,7 CK:0 SO:0
Vacsora	Gouda sajt (3;7) Margarín teljeskiőrlésű kenyér (1) Paprika	Sült oldalas teljeskiőrlésű kenyér (1) Lilahagyma	Szendvicsském (7) Zsemle (1) Kígyóborka	Olaszoshalkrém (4;6) Félbarna kenyér (1) Jégcsapretek	Majonézos burgonya (3;7;10;12) Csemege sertéssült	Zöldfüzeres vajkrém (7) Zsemle (1) Paradicsom	Disznósajt teljeskiőrlésű kenyér (1) Zöldhagyma
Tápanyagértékek	EN:509 ZS:21,1 TZS:12,3 FH:26,3 SZH:50,0 CK:1,4 SO:2,6	EN:700 ZS:38,8 TZS:12,2 FH:30,9 SZH:53,5 CK:1,4 SO:1,4	EN:489 ZS:19,4 TZS:11,5 FH:11,7 SZH:64,8 CK:3,6 SO:0,5	EN:338 ZS:4,0 TZS:0,7 FH:13,3 SZH:60,7 CK:5,2 SO:1,4	EN:812 ZS:42,0 TZS:7,6 FH:39,2 SZH:62,2 CK:12,7 SO:1,9	EN:450 ZS:13,5 TZS:7,9 FH:13,2 SZH:66,8 CK:3,4 SO:0,5	EN:488 ZS:18,6 TZS:6,2 FH:22,4 SZH:48,8 CK:2,0 SO:3,2

Allergének: 1. Glutén; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej, laktóz; 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid és szulfidok; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűek.



ÉTLÁP

MEGÚJULÓ KÖZÉTKEZTETÉS



9. hét 2024.02.26 - 2024.03.03-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Erdei gyümölcs tea (12) Sajtkrém (7) teljeskiőrlésű kenyér (1) Jégcsaprettek	Forralt tej (7) Zala felvágott Margarin teljeskiőrlésű kenyér (1) Paradicsom	Barackos tea Körözött (7) Félbarna kenyér (1) Paprika	Forralt tej (7) lekvár Vaj (7) teljeskiőrlésű kenyér (1)	Citromos tea Főtt virsli P Ketchup teljeskiőrlésű kenyér (1)	Citromos tea Hagymás rántotta (3) Félbarna kenyér (1)	Kakaó (7) Briós (1;3;6;7)
Tápanyagértékek	EN:360 ZS:8,8 TZS:5,1 FH:11,9 SZH:54,4 CK:6,9 SO:2,2	EN:572 ZS:21,8 TZS:6,4 FH:26,3 SZH:64,8 CK:15,7 SO:3,0	EN:428 ZS:8,2 TZS:5,0 FH:14,9 SZH:71,5 CK:15,4 SO:1,7	EN:650 ZS:22,3 TZS:11,2 FH:18,0 SZH:90,3 CK:41,1 SO:1,6	EN:654 ZS:36,6 TZS:11,2 FH:27,0 SZH:52,1 CK:5,4 SO:4,5	EN:447 ZS:14,8 TZS:4,2 FH:21,4 SZH:55,2 CK:2,2 SO:2,1	EN:473 ZS:13,2 TZS:3,2 FH:18,9 SZH:72,8 CK:25,3 SO:0,9
Tízórai	Mandarin	Túró rudi (6;7)	Sajtos stangli (1;6;7)	Tepertős pogácsa (1;3;7)	Banán	Alma	Kefir (7) Kifli (1;7)
Tápanyagértékek	EN:68 ZS: TZS: FH:1,0 SZH:14,7 CK: SO:	EN:107 ZS:5,4 TZS:4,5 FH:2,9 SZH:11,7 CK:11,1 SO:0,0	EN:164 ZS:3,8 TZS:2,4 FH:7,0 SZH:25,5 CK:0,4 SO:0,8	EN:216 ZS:13,1 TZS:1,2 FH:4,6 SZH:27,8 CK:3,3 SO:0,6	EN:210 ZS: 0 TZS: FH:2,6 SZH:48,4 CK: 0 SO:0	EN:56 ZS:0,6 TZS: FH:0,6 SZH:11,2 CK: SO:	EN:207 ZS:6,1 TZS:3,9 FH:8,5 SZH:28,6 CK:1,1 SO:0,4
Ebéd A	Frankfurteleves (1;7;12) Morzsás nudli (1) Fahéj szórát Alma	Magyaros gombaleves (1;3) Füstölt főtt tarja Sólet (1;8) Menü süti (1;3;5;6;7;8)	Körtekrémleves (1;7) Sajtos halfilé (4;7) Párolt rizs köret Remuládmártás (3;7;10)	Vajgaluskaleves (1;3) Vadas sertés ragu (1;7;9;10) Tészta köret Narancs	Köménymag leves (1) Pirított zsemlekocka (1;3;7) Serpenyős burgonya kolbásszal (12) Félbarna kenyér (1) Csalamádé (10;12)	Erőleves Levesbetét tészta (1) Sertés pörkölt Galuska köret (1;3) Csemege uborka (10)	Magyaros lencseleves (1;10) Rakott zöldség (sertéshússal) (7)
Tápanyagértékek	EN:1608 ZS:64,6 TZS:8,9 FH:32,1 SZH:171,9 CK:21,3 SO:5,7	EN:1371 ZS:52,4 TZS:14,3 FH:73,2 SZH:175,7 CK:12,8 SO:6,8	EN:835 ZS:22,0 TZS:2,7 FH:30,7 SZH:131,0 CK:29,3 SO:7,6	EN:643 ZS:43,0 TZS:5,4 FH:22,3 SZH:41,1 CK:7,8 SO:3,8	EN:1000 ZS:59,6 TZS:17,9 FH:20,7 SZH:87,4 CK:2,8 SO:5,7	EN:934 ZS:38,5 TZS:5,4 FH:60,5 SZH:145,3 CK:1,7 SO:7,8	EN:645 ZS:22,9 TZS:5,7 FH:37,3 SZH:64,7 CK:3,9 SO:1,6
Ebéd B	Frankfurteleves (1;7;12) Sonkás kocka (1;3;7) Alma	Magyaros gombaleves (1;3) Húsgombóc (sertés) (3) Paradicsommártás (1) Főtt burgonya 1/2 (12) Menü süti (1;3;5;6;7;8)	Körtekrémleves (1;7) Borsos sertés tokány (1) Bulgur köret (1) Csemege uborka (10)	Vajgaluskaleves (1;3) Zöldfűszeres csirkemell Zöldborsófőzelék (1;7) Narancs	Köménymag leves (1) Pirított zsemlekocka (1;3;7) Panírozott halpárna (1;4) Petrezselymes burgonya (12) Csiki mártás (3;7;10)	Erőleves Levesbetét tészta (1) Sült csirkecomb Csőben sült zöldbab (1;3;6;7)	Magyaros lencseleves (1;10) Franciaán sült csirkemell (7;10) Burgonyapüré (7;12)
Tápanyagértékek	EN:938 ZS:40,7 TZS:6,6 FH:35,9 SZH:105,4 CK:5,5 SO:4,5	EN:1352 ZS:28,0 TZS:6,0 FH:68,1 SZH:232,4CK:39,5 SO:4,7	EN:1061 ZS:52,5 TZS:9,4 FH:33,5 SZH:115,9 CK:34,8 SO:6,0	EN:509 ZS:12,8 TZS:2,3 FH:36,5 SZH:61,9 CK:14,0 SO:6,7	EN:1098 ZS:64,8 TZS:8,0 FH:24,0 SZH:107,9 CK:18,4 SO:5,9	EN:950 ZS:59,9 TZS:20,8 FH:68,1 SZH:37,7 CK:8,5 SO:6,2	EN:945 ZS:25,9 TZS:8,2 FH:57,3 SZH:108,2 CK:14,8 SO:4,9
Úzsonna	Pogácsa (1;3;7)	Narancs	Alma	Gyümölcsös ivóyoghurt (7)	Csokis croissant (1;3;6;7)	Liegeois vaniliás puding 175g (1)	50 %-os gyümölcsnektár
Tápanyagértékek	EN:207 ZS:11,0 TZS:3,2 FH:4,2 SZH:25,8 CK:0,7 SO:1,2	EN:82 ZS: TZS: FH:1,2 SZH:17,0 CK: SO:	EN:56 ZS:0,6 TZS: FH:0,6 SZH:11,2 CK: SO:	EN:104 ZS:2,5 TZS:1,4 FH:3,1 SZH:13,8 CK:13,8 SO:0,1	EN:202 ZS:12,6 TZS:6,8 FH:2,7 SZH:18,9 CK:6,8 SO:0,2	EN:154 ZS:4,2 TZS:3,5 FH:1,4 SZH:21,7 CK:0 SO:0,26	EN:48 ZS:1,0 TZS:0,2 FH:1,0 SZH:11,2 CK:10,8 SO:0,0
Vacsora	Házi sertéssültkrém (7) Félbarna kenyér (1) Kigyóuborka	Pulykasült teljeskiőrlésű kenyér (1) Csemege uborka (10)	Pritaminos párizsi Margarin teljeskiőrlésű kenyér (1)	Majonézes uborkás tojáskrém (3;7;10) Félbarna kenyér (1)	Svéd gombasaláta teljeskiőrlésű kenyér (1)	Margarin teljeskiőrlésű kenyér (1) Paradicsom Prágai pulyka sonka	Füstölt-főtt császárszalonna teljeskiőrlésű kenyér (1) Lilahagyma
Tápanyagértékek	EN:342 ZS:7,7 TZS:3,7 FH:12,8 SZH:53,7 CK:0,4 SO:1,3	EN:589 ZS:21,4 TZS:2,9 FH:46,1 SZH:50,1 CK:2,8 SO:4,0	EN:423 ZS:17,5 TZS:6,4 FH:14,6 SZH:48,7 CK:1,5 SO:2,7	EN:384 ZS:13,4 TZS:7,0 FH:10,9 SZH:53,6 CK:0,9 SO:1,4	EN:379 ZS:2,5 TZS:0,4 FH:18,5 SZH:65,9 CK:2,0 SO:2,1	EN:349 ZS:6,3 TZS:1,9 FH:18,2 SZH:51,6 CK:1,7 SO:3,0	EN:511 ZS:24,0 TZS:9,4 FH:17,5 SZH:52,9 CK:1,7 SO:2,6

Allergének: 1. Glutén; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej, laktóz; 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid és szulfidok; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.