



ÉTLÁP

MEGÚJULÓ KÖZÉTKEZTETÉS



23. hét 2024.06.03-2024.06.09-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Forralt tej (7) Baromfi párizsi Margarin Félbarna kenyér (1) Paprika	Vanília tej (7) Vaj (7) Császár zsemle (1;6)	Citromos tea Tonhalkrém (3;4;6;7;10) teljeskiőrlésű kenyér (1)	Kakaó (7) Edami sajt (7) Margarin Zsemle (1) Paprika	Gyümölcs tea (12) Házi sertéssülthúskrém (7) teljeskiőrlésű kenyér (1) Zöldhagyma	Forralt tej (7) Túrós batyu (1;6;7)	Gyümölcs tea (12) Zöldséges rántotta (3;7) teljeskiőrlésű kenyér (1)
Tápanyagértékek	EN:532 ZS:17,7 TZS:4,6 FH:22,4 SZH:69,5 CK:14,6 SO:2,6	EN:593 ZS:24,2 TZS:10,9 FH:18,7 SZH:75,0 CK:17,2 SO:1,5	EN:574 ZS:31,1 TZS:11,7 FH:15,3 SZH:53,9 CK:7,0 SO:2,5	EN:542 ZS:23,5 TZS:11,0 FH:31,3 SZH:49,9 CK:16,9 SO:1,0	EN:435 ZS:8,5 TZS:3,8 FH:16,2 SZH:63,9 CK:16,7 SO:1,4	EN:478 ZS:21,8 TZS:7,6 FH:15,0 SZH:62,0 CK:29,1 SO:0,4	EN:520 ZS:15,7 TZS:4,2 FH:25,3 SZH:65,3 CK:17,4 SO:2,3
Tízórai	Túrós rudi (6;7)	Piskóta rolád (1;3;7)	Kefír (7) Kifli (1;7)	Ivólé	Nápolyi (1;7)	Csokoládé puding habos (1;7)	Alma
Tápanyagértékek	EN:107 ZS:5,4 TZS:4,5 FH:2,9 SZH:11,7 CK:11,1 SO:0,0	EN:192 ZS:8,6 TZS:5,4 FH:2,3 SZH:26,1 CK:17,1 SO:0,3	EN:207 ZS:6,1 TZS:3,9 FH:8,5 SZH:28,6 CK:1,1 SO:0,4	EN:0,0 ZS:0,0 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:0,1 CK:0,1 SO:0,0	EN:93 ZS:5,4 TZS:2,1 FH:1,0 SZH:10,2 CK:4,4 SO:0,0	EN:172 ZS:2,8 TZS:1,9 FH:3,2 SZH:33,2 CK:23,8 SO:0,1	EN:56 ZS:0,6 TZS: FH:0,6 SZH:11,2 CK: SO:
Ebéd A	Frankfurtileves (1;7;12) Mák szórat Metélt tészta (1) Alma	Húsgaluska leves (sertés) (1;3) Főtt tojás (3) Parajmártás (1;7) Főtt burgonya 1/2 (12) Körte	Sajtkrémleves (7) Levesgyöngy (1;3;7) Csirkehúsos rizottó (9;12) Csemege uborka (10)	Tarhonyaleves (1;12) Csemege sertéssült Tököfőzelék (1;7) teljeskiőrlésű kenyér (1) Menü süti (1;3;5;6;7;8)	Karalábéleves (1;3;7) Sertés pörkölt Galuska köret (1;3) Cékla saláta (10) Sárgabarack	Minestrone zöldségleves (1;9;12) Rántott sajt (1;3;7) Petrezselymes burgonya (12) Tartármártás (3;7;10)	Magyaros gombaleves (1;3) Vadas sertés ragu (1;7;9;10) Zsemlegombóc (1;3) Alma
Tápanyagértékek	EN:1199 ZS:56,7 TZS:7,6 FH:31,6 SZH:135,3 CK:23,8 SO:3,3	EN:930 ZS:40,9 TZS:9,5 FH:38,5 SZH:96,1 CK:12,5 SO:2,7	EN:1104 ZS:60,8 TZS:25,1 FH:62,9 SZH:75,6 CK:24,6 SO:7,7	EN:1370 ZS:60,5 TZS:10,7 FH:52,6 SZH:148,6 CK:36,9 SO:5,3	EN:1228 ZS:52,5 TZS:6,5 FH:68,4 SZH:187,8 CK:13,9 SO:5,1	EN:1323 ZS:84,6 TZS:15,2 FH:27,1 SZH:102,3 CK:10,2 SO:5,0	EN:937 ZS:34,2 TZS:4,6 FH:37,7 SZH:115,2 CK:8,6 SO:2,3
Ebéd B	Frankfurtileves (1;7;12) Sonkás kocka (1;3;7) Alma	Húsgaluska leves (sertés) (1;3) Zöldfűszeres csirkecomb filé Bulgur köret 1/2 (1) Angol zöldségköret 1/2 (7;12) Körte	Sajtkrémleves (7) Levesgyöngy (1;3;7) Mézes-mustáros csirkeragu (1;10) Kuskusz köret(1)	Tarhonyaleves (1;12) Sertés aprópecsenye Zöldbabfőzelék (1;7) Menü süti (1;3;5;6;7;8)	Karalábéleves (1;3;7) Milánói spagetti sertés (1) Reszelt sajt (7) Sárgabarack	Minestrone zöldségleves (1;9;12) Párizsi csirkemell (1;3;7) Majonézes kukorica (3;7;10)	Magyaros gombaleves (1;3) Rakott burgonya kolbászal (3;7;12) Káposztasaláta Alma
Tápanyagértékek	EN:938 ZS:40,7 TZS:6,6 FH:35,9 SZH:105,4 CK:5,5 SO:4,5	EN:1369 ZS:49,2 TZS:11,6 FH:88,1 SZH:133,2 CK:16,9 SO:6,8	EN:1635 ZS:72,8 TZS:26,6 FH:75,3 SZH:165,7 CK:33,2 SO:5,8	EN:869 ZS:53,4 TZS:10,1 FH:27,1 SZH:65,9 CK:16,5 SO:5,4	EN:1685 ZS:68,1 TZS:21,1 FH:62,3 SZH:212,1 CK:65,3 SO:3,3	EN:911 ZS:60,8 TZS:9,1 FH:33,8 SZH:50,9 CK:14,0 SO:4,2	EN:1026 ZS:58,9 TZS:17,6 FH:32,4 SZH:85,9 CK:1,7 SO:4,7
Úzsonna	Őszibarackbefőtt	Kockasajt, sonkás (7) Kifli (1;7)	Szőlő	Alma	Tejföl (7) Kifli (1;7)	Ringlószilva	Gyümölcsjoghurt (7)
Tápanyagértékek	EN:43 ZS:0,0 TZS:0,0 FH:0,4 SZH:11,6 CK:10,6 SO:0,0	EN:150 ZS:3,5 TZS:2,2 FH:5,3 SZH:23,8 CK:1,8 SO:0,5	EN:117 ZS:0,0 TZS:0,0 FH:0,9 SZH:27,2 CK:14,2 SO:0,0	EN:56 ZS:0,6 TZS:0,0 FH:0,6 SZH:11,2 CK: SO:0,0	EN:323 ZS:18,9 TZS:12,2 FH:8,0 SZH:27,9 CK:6,0 SO:0,4	EN:94 ZS:0,0 TZS:0,0 FH:1,2 SZH:21,0 CK:5,6 SO:0,0	EN:165 ZS:4,5 TZS:2,7 FH:5,2 SZH:28,4 CK:27,2 SO:0,0
Vacsora	Snidlinges szendvicskrém (7) Teljeskiőrlésű zsemle (1;6) Paprika	Kenőmájás teljeskiőrlésű kenyér (1) Hónapos retek	Prágai pulyka sonka Margarin Zsemle (1) Paradicsom	Pulykasült teljeskiőrlésű kenyér (1) Ecetes almapiaprika (10;12)	Lángolt kolbász Margarin Burgonyás kenyér (1)	Tepertőkrém (7;10) teljeskiőrlésű kenyér (1) Lilahagyma	Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér (1) Kígyóuborka
Tápanyagértékek	EN:486 ZS:18,6 TZS:10,6 FH:14,0 SZH:66,9 CK:2,9 SO:2,0	EN:380 ZS:12,5 TZS:5,4 FH:14,1 SZH:49,8 CK:2,2 SO:2,6	EN:406 ZS:6,2 TZS:1,5 FH:19,2 SZH:66,5 CK:2,2 SO:1,7	EN:643 ZS:22,0 TZS:3,1 FH:57,8 SZH:49,6 CK:2,2 SO:4,1	EN:226 ZS:17,4 TZS:6,6 FH:17,0 SZH:0,1 CK:0,1 SO:0,8	EN:580 ZS:30,7 TZS:12,2 FH:13,4 SZH:52,9 CK:1,7 SO:1,6	EN:435 ZS:17,0 TZS:6,4 FH:15,2 SZH:54,2 CK:0,5 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 szulfitok; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.



ÉTLAP

MEGÚJULÓ KÖZÉTKEZTETÉS



24. hét 2024.06.10-2024.06.16-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Málna tea Sajtkrém (7) Kifli (1;7) Hónapos rettek	Forralt tej (7) Padlizsánkrém (3;7;10) teljeskiőrlésű kenyér (1) Paradicsom	Tejeskávé (1;7) Vaj (7) Stangli (1;6;7)	Gyümölcs tea (12) Gépsonka Margarin teljeskiőrlésű kenyér (1) Paprika	Forralt tej (7) Házi csirkemájkrém Zsemle (1) Kígyóborka	Erdei gyümölcs tea (12) Töltött bundás kenyér (1;3;7)	Forralt tej (7) Sajtos croissant (1;3;7)
Tápanyagértékek	EN:372 ZS:8,9 TZS:5,6 FH:9,3 SZH:62,6 CK:18,9 SO:1,6	EN:508 ZS:16,9 TZS:6,6 FH:19,8 SZH:66,1 CK:16,6 SO:3,0	EN:612 ZS:27,9 TZS:15,6 FH:22,6 SZH:67,3 CK:15,6 SO:1,8	EN:423 ZS:7,8 TZS:2,5 FH:17,5 SZH:66,6 CK:16,6 SO:2,6	EN:748 ZS:37,9 TZS:16,9 FH:27,9 SZH:77,4 CK:15,9 SO:1,7	EN:480 ZS:23,0 TZS:4,4 FH:11,6 SZH:54,7 CK:2,7 SO:2,4	EN:761 ZS:35,9 TZS:17,5 FH:21,8 SZH:86,4 CK:22,9 SO:1,3
Tízórai	Ivólé	Körte	Alma	Ringlószilva	Jó reggelt keksz (1;6;7)	Kefir (7) Kifli (1;7)	Ivólé
Tápanyagértékek	EN:0 ZS:0,0 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:0,1 CK:0,1 SO:0,0	EN:130 ZS:0,0 TZS:0,0 FH:1,0 SZH:30,0 CK:3,8 SO:0,0	EN:56 ZS:0,6 TZS:0,0 FH:0,6 SZH:11,2 CK:10,0 SO:0,0	EN:94 ZS:0,0 TZS:0,0 FH:1,2 SZH:21,0 CK:5,6 SO:0,0	EN:220 ZS:7,5 TZS:1,9 FH:3,9 SZH:33,0 CK:14,0 SO:0,3	EN:207 ZS:6,1 TZS:3,9 FH:8,5 SZH:28,6 CK:1,1 SO:0,4	EN:0 ZS:0,0 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:0,1 CK:0,1 SO:0,0
Ebéd A	Kolbászos gyöngybablevés (1;9) Tejbedara (1;7) Fahéj szórát Alma	Zöldséges lebbencslevés (1) Egyben sertésvagdalt (1;3) Kelkáposzta főzelék (1;12) Félbarna kenyér (1) Menü süti (1;3;5;6;7;8)	Vegyes gyümölcslevés (1;7) Borsos sertés tokány (1) Tészta köret (1) Csalamádé (10;12)	Zellerkrémlevés (1;7;9) Pírtott tészta (1) Lecsós csirkeragu Párolt köles	Daragaluskaleves (1;3;9) Roston sült csirkemell Sárgaborsófőzelék (1) Félbarna kenyér (1) Körte	Francia hagymaleves (7) Köményes sertéssült Tört burgonya 1/2 (12) Párolt káposzta 1/2	Csontleves Levesbetét tészta (1) Rakott karfiol (sertéshússal) (7) Kókusz golyó
Tápanyagértékek	EN:1121 ZS:39,2 TZS:10,7 FH:43,4 SZH:146,7CK:48,8 SO:3,7	EN:809 ZS:33,6 TZS:8,5 FH:29,1 SZH:94,9 CK:10,9 SO:3,6	EN:1200 ZS:57,9 TZS:10,5 FH:32,8 SZH:131,5 CK:37,5 SO:3,8	EN:935 ZS:33,1 TZS:4,7 FH:37,8 SZH:115,6 CK:9,6 SO:3,8	EN:1211 ZS:52,1 TZS:10,0 FH:52,1 SZH:126,5CK:13,6 SO:2,0	EN:725 ZS:35,8 TZS:6,4 FH:36,3 SZH:58,2 CK:6,1 SO:4,7	EN:562 ZS:27,4 TZS:12,4 FH:28,0 SZH:46,0 CK:5,2 SO:2,6
Ebéd B	Kolbászos gyöngybablevés (1;9) Darás metélt (1) Barack lekvár Alma	Zöldséges lebbencslevés (1) Sertéspörkölt Brokkolifőzelék (1;7;12) Félbarna kenyér (1) Menü süti (1;3;5;6;7;8)	Vegyes gyümölcslevés (1;7) Fokhagymás csirkefalatok Főtt burgonya 1/2 (12) Grillezett zöldségköret	Zellerkrémlevés (1;7;9) Pírtott tészta (1) Rántott csirkemell (1;3) Párolt rizs köret Csalamádé (10;12)	Daragaluskaleves (1;3;9) Főtt virsli P Finomfőzelék (1;7) Félbarna kenyér (1) Körte	Francia hagymaleves (7) Csirkehúsos lasagne (1;6;7;9;12)	Csontleves Levesbetét tészta (1) Sült csirkecomb Karottás kuskusz (1) Csemege uborka (10)
Tápanyagértékek	EN:1696 ZS:58,8 TZS:11,7 FH:50,9 SZH:234,9CK:24,5 SO:5,0	EN:1089 ZS:64,9 TZS:14,7 FH:30,4 SZH:94,0 CK:22,1 SO:5,1	EN:541 ZS:13,2 TZS:2,1 FH:26,5 SZH:72,1 CK:32,5 SO:3,6	EN:1581 ZS:77,4 TZS:9,7 FH:56,5 SZH:159,6 CK:5,5 SO:5,6	EN:1086 ZS:58,7 TZS:14,2 FH:28,7 SZH:107,2 CK:27,9 SO:4,5	EN:832 ZS:41,2 TZS:10,3 FH:33,4 SZH:79,0 CK:8,7 SO:2,6	EN:1100 ZS:52,7 TZS:15,4 FH:67,8 SZH:82,7 CK:7,5 SO:7,8
Uzsonna	Pizzás csiga (1;6;7)	Natúr joghurt (7) Zsemle (1)	Csokoládé puding habos (1;7)	Túró rudi (6;7)	Sárgabarack	Őszibarackbefőtt	Alma
Tápanyagértékek	EN:392 ZS:17,9 TZS:1,4 FH:7,2 SZH:48,7 CK:3,7 SO:0,4	EN:245 ZS:5,9 TZS:3,5 FH:9,8 SZH:36,7 CK:0,9 SO:0,04	EN:172 ZS:2,8 TZS:1,9 FH:3,2 SZH:33,2 CK:23,8 SO:0,1	EN:107 ZS:5,4 TZS:4,5 FH:2,9 SZH:11,7 CK:11,1 SO:0,0	EN:41 ZS:0,1 TZS:0,0 FH:0,7 SZH:9,0 CK:9,0 SO:0,0	EN:43 ZS:0,0 TZS:0,0 FH:0,4 SZH:11,6 CK:10,6 SO:0,0	EN:56 ZS:0,6 TZS:0,0 FH:0,6 SZH:11,2 CK:10,0 SO:0,0
Vacsora	Sertés párizsi Margarin Félbarna kenyér (1) Zöldhagyma	Csemege szalámi Margarin Félbarna kenyér (1)	Olajos hal (4) Burgonyás kenyér(1) Paradicsom	Sülthúsos peccsenyészír Kukoricás kenyér (1) Kígyóborka	Kétféle-kapros túrókrém (7) teljeskiőrlésű kenyér (1)	Orosz hússaláta (3;7;10;12) Félbarna kenyér (1)	Rizsfelfújt (1;3;7) Gyümölcsvelő
Tápanyagértékek	EN:460 ZS:17,2 TZS:6,4 FH:15,0 SZH:54,3 CK:0,2 SO:2,5	EN:624 ZS:37,3 TZS:14,8 FH:17,6 SZH:54,0 CK:0,4 SO:3,7	EN:196 ZS:6,7 TZS:4,0 FH:31,0 SZH:2,5 CK:0,1 SO:1,1	EN:425 ZS:14,6 TZS:5,8 FH:13,4 SZH:58,1 CK:1,1 SO:1,4	EN:309 ZS:4,5 TZS:2,4 FH:14,8 SZH:49,3 CK:3,2 SO:1,3	EN:668 ZS:20,1 TZS:2,4 FH:28,0 SZH:87,7 CK:14,0 SO:4,4	EN:845 ZS:13,9 TZS:2,2 FH:26,7 SZH:153,2 CK:58,9 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. Szezám; 12. Kén-dioxid és szulfidok; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.



ÉTLAP

MEGÚJULÓ KÖZÉTKEZTETÉS



25. hét 2024.06.17-2024.06.23-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Erdei gyümölcs tea (12) Csirkemellsonka Margarin Félbarna kenyér (1) Paprika	Kakaó (7) Vaj (7) Foszlós kalács (1;3;6;7;8;11;13)	Citromos tea Tojáskrém (3;7) teljeskiőrlésű kenyér (1)	Forralt tej (7) Szardíniakrém (4;7) Kígyóborka Félbarna kenyér (1)	Csipkebogyó tea Lángolt kolbász Margarin Burgonyás kenyér(1) Paradicsom	Citromos tea Főtt virsli Mustár (10) Félbarna kenyér (1)	Forralt tej (7) Sajtos-baconos párna (1;3;7)
Tápanyagértékek	EN:381 ZS:7,7 TZS:2,4 FH:16,7 SZH:58,4 CK:2,9 SO:2,6	EN:594 ZS:28,7 TZS:13,9 FH:18,6 SZH:68,2 CK:24,6 SO:0,9	EN:320 ZS:4,8 TZS:1,3 FH:12,9 SZH:53,1 CK:4,6 SO:1,3	EN:435 ZS:9,8 TZS:3,4 FH:18,2 SZH:67,7 CK:14,5 SO:1,6	EN:321 ZS:17,6 TZS:6,6 FH:17,6 SZH:22,5 CK:20,1 SO:0,8	EN:557 ZS:27,8 TZS:8,2 FH:20,6 SZH:55,0 CK:3,2 SO:3,9	EN:504 ZS:26,8 TZS:11,5 FH:10,6 SZH:43,9 CK:15,4 SO:2,6
Tízórai	Banán	Kefir (7) Kifli (1;7)	Alma	Ivólé	Kiwi gyümölcs	Alma	Gyümölcsös ivójoghurt (7)
Tápanyagértékek	EN:210 ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH:2,6 SZH:48,4 CK:15 SO:0,5	EN:207 ZS:6,1 TZS:3,9 FH:8,5 SZH:28,6 CK:1,1 SO:0,4	EN:56 ZS:0,6 TZS:0,0 FH:0,6 SZH:11,2 CK:10 SO:0,0	EN:0 ZS:0,0 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:0,1 CK:0,1 SO:0,0	EN:42 ZS: 0,52 TZS:0,0 FH:0,8 SZH:14,66 CK: 9 SO:0,5	EN:56 ZS:0,6 TZS: 0,0 FH:0,6 SZH:11,2 CK: 10 SO:0,0	EN: 165 ZS:4,5 TZS:2,7 FH:5,2 SZH: 28,4 CK:27,2 SO:0,0
Ebéd A	Tárkonyos csirkeraguleves (1;7) Gyümölcsrizs (7) Fahéj szórat Alma	Erőleves Levesbetét tészta (1) Húsgombóc (sertés) (3) Paradicsommártás (1) Főtt burgonya 1/2 (12) Körte	Meggye leves (1;7) Sült csirkecomb filé Bulgur köret (1) Csemege uborka (10)	Tojásleves (1;3) Zöldfűszeres csirkeapró Fejtett babfőzelék (1;7) Túró rudi (6;7)	Zöldségkrémleves (1;7;9) Piritott hagyma Milánói spagetti sertés (1) Reszelt sajt (7)	Magyaros karfiolleves (1;3) Hentes sertés tokány (1;6;10) Párolt rizs köret	Vajgaluskaleves (1;3) Erdélyi rakott káposzta Alma
Tápanyagértékek	EN:902 ZS:10,6 TZS:0,9 FH:36,0 SZH:162,9CK:78,5 SO:2,9	EN:1057 ZS:13,8 TZS:3,4 FH:44,3 SZH:181,3 CK:38,2 SO:6,5	EN:1258 ZS:49,3 TZS:7,7 FH:75,5 SZH:122,4 CK:51,1 SO:8,2	EN:955 ZS:52,5 TZS:11,9 FH:53,1 SZH:61,3 CK:15,4 SO:4,1	EN:1516 ZS:53,0 TZS:19,7 FH:60,8 SZH:196,5 CK:61,6 SO:5,7	EN:1107 ZS:51,5 TZS:14,1 FH:39,9 SZH:121,0 CK:3,1 SO:5,4	EN:845 ZS:36,5 TZS:14,9 FH:46,2 SZH:82,2 CK:3,4 SO:13,5
Ebéd B	Tárkonyos csirkeraguleves (1;7) Tejföl (7) Túrós csusza (1;7) Alma	Erőleves Levesbetét tészta (1) Pulykaapró feltét (1) Vegyesfőzelék (1;7) Körte	Meggye leves (1;7) Sajtos halpárna (1;4;7) Párolt rizs köret Majonéz (mini) (3;10)	Tojásleves (1;3) Roston sült csirkemell Sóska mártás (1;7) Főtt burgonya 1/2 (12) Túró rudi (6;7)	Zöldségkrémleves (1;7;9) Piritott hagyma Carbonara penne (1;7) Reszelt sajt (7)	Magyaros karfiolleves (1;3) Brassói aprópecsenye Sült burgonya (12) Cékla saláta (10)	Vajgaluskaleves (1;3) Marha pörkölt Galuska köret (1;3) Mongol saláta (10)
Tápanyagértékek	EN:661 ZS:34,2 TZS:10,0 FH:26,9 SZH:58,8 CK:7,9 SO:3,4	EN:702 ZS:21,1 TZS:2,9 FH:30,3 SZH:91,8 CK:24,3 SO:6,0	EN:1203 ZS:38,3 TZS:5,6 FH:26,7 SZH:161,8 CK:52,0 SO:3,5	EN:740 ZS:33,2 TZS:8,9 FH:37,3 SZH:66,7 CK:16,5 SO:13,3	EN:1021 ZS:42,9 TZS:12,6 FH:38,2 SZH:119,5 CK:11,6 SO:6,3	EN:1070 ZS:56,9 TZS:13,4 FH:35,9 SZH:96,5 CK:5,3 SO:5,2	EN:907 ZS:32,3 TZS:4,2 FH:63,6 SZH:152,1 CK:5,0 SO:6,2
Úzsonna	Natúr joghurt (7) Császár zsemle (1;6)	Sárgabarack	Ízes levél (1;3;7)	Gyümölcsjoghurt (7)	Almás pite (1;3)	Menü süti (1;3;5;6;7;8)	Körte
Tápanyagértékek	EN:397 ZS:8,7 TZS:3,5 FH:14,3 SZH:64,6 CK:1,1 SO:1,2	EN:41 ZS:0,1 TZS:0,0 FH:0,7 SZH:9,0 CK:9,0 SO:0,0	EN:359 ZS:13,0 TZS:7,2 FH:4,0 SZH:55,0 CK:27,0 SO:0,4	EN:165 ZS:4,5 TZS:2,7 FH:5,2 SZH:28,4 CK:27,2 SO:0,0	EN:251 ZS:9,3 TZS:4,3 FH:2,9 SZH:40,8 CK:15,2 SO:0,08	EN:393 ZS:15 TZS:6,3 FH:5,5 SZH:59 CK:36 SO:0,63	EN:130 ZS: 0,0 TZS:0,0 FH:1,0 SZH:12 CK:3,8 SO: 0,0
Vacsora	Trappista sajt szeletelt (7) Margarin teljeskiőrlésű kenyér (1)	Túrista szalámi Margarin Teljeskiőrlésű zsemle (1;6) Zöldhagyma	Csirkemáj zsírjában Félbarna kenyér (1) Csemege uborka (10)	Sajtos párizsi (7) Margarin Zsemle (1) Paradicsom	Körözött (7) teljeskiőrlésű kenyér (1)	Svéd gombasaláta Zsemle (1)	Zöldfűszeres húskrém (7) Félbarna kenyér (1) Kápia paprika
Tápanyagértékek	EN:475 ZS:19,6 TZS:11,2 FH:24,2 SZH:47,2 CK:1,4 SO:1,9	EN:435 ZS:23,9 TZS:8,5 FH:17,7 SZH:32,1 CK:0,7 SO:2,4	EN:766 ZS:61,3 TZS:32,5 FH:9,9 SZH:54,9 CK:1,5 SO:2,8	EN:467 ZS:15,0 TZS:4,3 FH:18,2 SZH:65,0 CK:2,2 SO:1,4	EN:355 ZS:8,7 TZS:5,1 FH:15,8 SZH:50,2 CK:2,8 SO:1,9	EN:437 ZS:2,4 TZS:0,1 FH:19,4 SZH:80,7 CK:2,4 SO:0,9	EN:405 ZS:11,2 TZS:5,8 FH:16,6 SZH:55,8 CK:2,3 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. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.



ÉTLAP

MEGÚJULÓ KÖZÉTKEZTETÉS



26. hét 2024.06.24-2024.06.30-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Gyümölcs tea (12) Zöldfűszeres sajtkrém (7) teljeskiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka	Karamellás tej (7) Vaj (7) Kifli (1;7)	Citromos tea Füstölt-főtt császárszalonna Zöldhagyma Félbarna kenyér (1)	Kakaó(7) Vaj (7) Fonotkka (1;3;7;8)	Gyümölcs tea (12) Magyaros túrókrém (7) teljeskiőrlésű kenyér (1)	Forralt tej (7) Margarin Vajas croissant (1;3;6;7;8;10;11)	Citromos tea Bundás kenyér (1;3)
Tápanyagértékek	EN:418 ZS:9,2 TZS:5,4 FH:13,8 SZH:66,3 CK:19,0 SO:1,8	EN:408 ZS:22,0 TZS:11,2 FH:13,5 SZH:39,1 CK:17,2 SO:0,7	EN:532 ZS:23,7 TZS:9,4 FH:17,2 SZH:55,5 CK:2,5 SO:2,4	EN:517 ZS:26,8 TZS:13,4 FH:15,4 SZH:53,5 CK:23,7 SO:0,8	EN:411 ZS:8,1 TZS:4,5 FH:16,4 SZH:63,7 CK:17,8 SO:1,6	EN:549 ZS:28,2 TZS:12,2 FH:15,1 SZH:57,0 CK:15,6 SO:2,1	EN:448 ZS:20,4 TZS:2,3 FH:10,1 SZH:53,7 CK:3,1 SO:1,0
Tízórai	Ósziarack	Ivólé	Körte	Alma	Kefir (7) Kifli (1;7)	Banán	Csoki puding tejszínhabbal (1;7)
Tápanyagértékek	EN:82 ZS:0,2 TZS: FH:1,4 SZH:18,0 CK:18,0 SO:0,04	EN:0 ZS:0,0 TZS:0,0 FH:0,0 SZH:0,1 CK:0,1 SO:0,0	EN:130 ZS: 0,0 TZS:0,0 FH:1,0 SZH:12 CK:3,8 SO:0,0	EN:56 ZS:0,6 TZS:0,0 FH:0,6 SZH:11,2 CK: 10 SO:0,0	EN:207 ZS:6,1 TZS:3,9 FH:8,5 SZH:28,6 CK:1,1 SO:0,4	EN:210 ZS: 0,0 TZS: 0,0 FH:2,6 SZH:48,4 CK: 15 SO:0,5	EN:196 ZS:3,2 TZS:2,2 FH:3,6 SZH:38,0 CK:27,2 SO:0,1
Ebéd A	Legényfogó leves (1;7) Szilvás gombóc (1;3;12) Fahéj szórát Ósziarack	Tárkonyos zöldségleves (1;9) Sertés vagdalt (1;3;5;6;7;8;10;11) Burgonyafőzelék (1;7;12) Félbarna kenyér (1) Alma	Citromos almaleves (1;7) Sült csirkecomb filé Karottás kuszkus (1) Cékla saláta (10)	Reszelt tészta leves (1) Csemege sertésült Paradicsomos káposzta (1) Nektarin	Magyaros zöldbableves (1;3) Bakonyi sertésragu (1;7) Tészta köret (1) Almás pite (1;3)	Fokhagyma krémleves (1;3;7;9;10) Pírtott tészta (1) Óvári csirkemell (1;7) Párolt rizs köret Csalamádé (10;12)	Zselici húsleves (3;9) Levesbetét tészta (1) Francia rakott burgonya (1;3;6;7;12) Banán
Tápanyagértékek	EN:1349 ZS:53,7 TZS:10,7 FH:45,4 SZH:162,6 CK:67,8 SO:5,3	EN:1072 ZS:54,9 TZS:10,8 FH:35,0 SZH:104,7 CK:6,4 SO:4,8	EN:1301 ZS:44,7 TZS:7,3 FH:74,2 SZH:143,4 CK:46,9 SO:7,9	EN:905 ZS:37,0 TZS:7,3 FH:42,0 SZH:98,2 CK:36,6 SO:3,1	EN:1710 ZS:102,3 TZS:16,4 FH:49,5 SZH:150,9 CK:7,6 SO:4,8	EN:1104 ZS:38,1 TZS:6,9 FH:52,9 SZH:136,8 CK:6,4 SO:4,4	EN:798 ZS:21,0 TZS:8,4 FH:27,3 SZH:113,8 CK:5,6 SO:3,3
Ebéd B	Legényfogó leves (1;7) Káposztás kocka (1) Ósziarack	Tárkonyos zöldségleves (1;9) Füstölt főtt tarja Lencsefőzelék (1;7;10) Félbarna kenyér (1) Alma	Citromos almaleves (1;7) Rántott sertészelet (1;3) Burgonyapüré (7;12) Cékla saláta (10)	Reszelt tészta leves (1) Sertés pörkölt Bulgur köret (1) Mongol saláta (10) Nektarin	Magyaros zöldbableves (1;3) Édes-savanyú csirkeragu Párolt rizs köret Almás pite (1;3)	Fokhagyma krémleves (1;3;7;9;10) Pírtott tészta (1) Bácskai bulgur (1) Csalamádé (10;12)	Zselici húsleves (3;9) Levesbetét tészta (1) Tojásos galuska (1;3;7) Fejes saláta
Tápanyagértékek	EN:1280 ZS:55,6 TZS:11,3 FH:48,2 SZH:145,5 CK:30,6 SO:5,8	EN:1246 ZS:51,0 TZS:12,2 FH:54,1 SZH:133,3 CK:25,1 SO:8,6	EN:2062 ZS:102,4 TZS:17,0 FH:58,0 SZH:216,6 CK:58,6 SO:5,0	EN:1006 ZS:40,4 TZS:5,5 FH:40,7 SZH:115,4 CK:15,2 SO:5,2	EN:1133 ZS:36,0 TZS:5,1 FH:40,9 SZH:166,3 CK:36,8 SO:4,9	EN:928 ZS:39,3 TZS:7,0 FH:33,0 SZH:109,9 CK:16,0 SO:4,0	EN:582 ZS:12,1 TZS:2,5 FH:42,1 SZH:125,6CK:6,7 SO:3,4
Úzsonna	Túró rudi (6;7)	Nektarin	Gyümölcsjoghurt (7)	Piskóta rolád (1;3;7)	Meggy	Natúr joghurt (7) Zsemle (1)	Kockasajt, natúr (7) Kifli (1;7)
Tápanyagértékek	EN:107 ZS:5,4 TZS:4,5 FH:2,9 SZH:11,7 CK:11,1 SO:0,0	EN:88 ZS: 0,0 TZS:0,0 FH:0,7 SZH:20,5 CK: 8 SO: 0,0	EN:165 ZS:4,5 TZS:2,7 FH:5,2 SZH:28,4 CK:27,2 SO:0,0	EN:192 ZS:8,6 TZS:5,4 FH:2,3 SZH:26,1 CK:17,1 SO:0,3	EN:92 ZS: 0,0 TZS:0,0 FH:1,2 SZH:21,0 CK:21,0 SO:0,0	EN:245 ZS:5,9 TZS:3,5 FH:9,8 SZH:36,7 CK:0,9 SO: 0,8	EN:257 ZS:12,0 TZS:8,0 FH:10,1 SZH:26,6 CK:1,1 SO:1,4
Vacsora	Bécsi felvágott Margarin Félbarna kenyér (1)	Zöldhagymás szendvicssaláta (7) teljeskiőrlésű kenyér (1) Hónapos retek	Lapkasajt (7) Margarin teljeskiőrlésű kenyér (1) Paradicsom	Csemege szalámi Margarin teljeskiőrlésű kenyér (1) Kaliforniai paprika	Paradicsomos halkrém (4;6) teljeskiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka	Sült oldalas teljeskiőrlésű kenyér (1) Csemege uborka (10)	Izes derele (1;3) Porcukor szórát
Tápanyagértékek	EN:459 ZS:20,5 TZS:8,2 FH:14,0 SZH:53,3 CK:0,3 SO:2,3	EN:440 ZS:19,5 TZS:11,8 FH:10,1 SZH:49,5 CK:3,1 SO:1,4	EN:390 ZS:11,2 TZS:5,4 FH:16,4 SZH:52,6 CK:4,4 SO:2,4	EN:643 ZS:37,9 TZS:14,8 FH:20,3 SZH:52,1 CK:3,1 SO:3,8	EN:370 ZS:7,5 TZS:1,2 FH:20,3 SZH:52,3 CK:1,4 SO:3,3	EN:691 ZS:38,8 TZS:12,2 FH:31,5 SZH:51,4 CK:2,8 SO:3,0	EN:1407 ZS:11,7 TZS:1,0 FH:26,7 SZH:210,8 CK:83,0 SO:3,3

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. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.