



ÉTLAP

MEGÚJULÓ KÖZÉTKEZTETÉS



14. hét 2024.04.01 - 2024.04.07-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Kakaó(7) Vaj (7) Fozslós kalács (1;3;6;7;8;11;13)	Erdei gyümölcs tea (12) Kolbászkrem (7) Félbarna kenyér (1) Jégcsapretek	Tejeskávé (1;7) Zöldfűszeres vajkrém (7) teljeskiőrlésű kenyér (1) Paradicsom	Citromos tea Körözött(7) teljeskiőrlésű kenyér (1)	Málna tea Sajtkrém (7) teljeskiőrlésű kenyér (1) Paprika	Gyümölcs tea (12) Főtt virsli P Mustár (10) teljeskiőrlésű kenyér (1)	Forralt tej (7) Kakaós csiga (1;3;6;11;13)
Tápanyagértékek	EN:594 ZS:28,7 TZS:13,9 FH:18,6 SZH:68,2 CK:24,6 SO:0,9	EN:503 ZS:23,5 TZS:9,8 FH:13,9 SZH:57,2 CK:3,6 SO:2,3	EN:524 ZS:17,4 TZS:8,2 FH:20,7 SZH:68,1 CK:17,4 SO:2,1	EN:363 ZS:8,7 TZS:5,1 FH:15,8 SZH:52,2 CK:4,8 SO:1,9	EN:408 ZS:8,7 TZS:5,1 FH:11,8 SZH:66,8 CK:18,2 SO:2,2	EN:721 ZS:38,4 TZS:11,3 FH:27,6 SZH:63,2 CK:17,4 SO:4,9	EN:528 ZS:21,5 TZS:8,1 FH:16,8 SZH:77,0 CK:37,0 SO:0,7
Tízórai	Narancs	Gyümölcsös ivójoghurt (7)	Szőlő	Öszibarack	Sárgabarack	Csokis croissant (1;3;6;7)	Körte
Tápanyagértékek	EN:82 ZS:0 TZS:0 FH:1,2 SZH:17,0 CK: SO:0	EN:104 ZS:2,5 TZS:1,4 FH:3,1 SZH:13,8 CK:13,8 SO:0,1	EN:117 ZS:0 TZS:0 FH:0,9 SZH:27,2 CK:14,2 SO:0	EN:82 ZS:0,2 TZS:0 FH:1,4 SZH:18,0 CK:18,0 SO:0	EN:41 ZS:0,1 TZS:0 FH:0,7 SZH:9,0 CK:9,0 SO:0	EN:202 ZS:12,6 TZS:6,8 FH:2,7 SZH:18,9 CK:6,8 SO:0,2	EN:130 ZS:0 TZS:0 FH:1,0 SZH:30,0 CK:3,8 SO:0
Ebéd A	Póréhagymás-kukoricás sajtgaluskaleves (1;3;7;9) Töltött csirkecomb (1;3) Burgonyapüré (7;12) Cékla saláta (10) *	Lebbencs leves (1;12) Pulykapörkölt Tökfőzelék (1;7) teljeskiőrlésű kenyér (1) Körte	Paradicsomleves (1) Panírozott halpárna (1;4) Petrezselymes rizs Tartármártás (3;7;10)	Tárkonyos zöldségleves (1;9) Főtt tojás (3) Parajmártás (1;7) Főtt burgonya 1/2 (12) Alma	Vegyes gyümölcsleves (1;7) Sertés paprikás (1;7) Galuska köret (1;3) Csalamádé (10;12)	Hamis gulyásleves (1;3;9;12) Roston sült csirkemell Cheddar sajt mártás (1;7) Bulgur köret (1) Nektarin	Reszelt tésztaleves (1) Vadas sertés ragu (1;7;9;10) Tészta köret
Tápanyagértékek	EN:1158 ZS:33,4 TZS:21,4 FH:100,7 SZH:105,9 CK:21,0 SO:5,4	EN:1264 ZS:43,5 TZS:6,0 FH:40,5 SZH:169,3 CK:32,0 SO:6,9	EN:1574 ZS:75,3 TZS:8,1 FH:34,9 SZH:187,0 CK:19,5 SO:6,2	EN:751 ZS:33,1 TZS:5,6 FH:28,2 SZH:80,8 CK:10,3 SO:4,3	EN:1182 ZS:51,0 TZS:8,8 FH:55,5 SZH:182,3 CK:35,3 SO:3,5	EN:1287 ZS:63,8 TZS:6,7 FH:49,2 SZH:125,0 CK:20,2 SO:4,2	EN:666 ZS:53,3 TZS:6,6 FH:20,2 SZH:23,7 CK:8,1 SO:3,0
Ebéd B	Póréhagymás-kukoricás sajtgaluskaleves (1;3;7;9) Rántott sertésszelet (1;3) Bulgur köret (1) Csalamádé (10;12)	Lebbencs leves (1;12) Sertés vagdalt (1;3;5;6;7;8;10;11) Finomfőzelék (1;7) Félbarna kenyér (1) Körte	Paradicsomleves (1) Csemege sertéssült Hagymás tört burgonya (12) Káposztasaláta	Tárkonyos zöldségleves (1;9) Csirke aprópecsenye Sárgaborsófőzelék (1) Félbarna kenyér (1) Alma	Vegyes gyümölcsleves (1;7) Páztortarhonya (1;12) Csalamádé (10;12)	Hamis gulyásleves (1;3;9;12) Rakott brokkoli (3;7) Félbarna kenyér (1) Nektarin	Reszelt tésztaleves (1) Temesváriragu (7) Natúr csirkemell szelet Párolt rizs köret
Tápanyagértékek	EN:1745 ZS:103,1 TZS:14,9 FH:54,2 SZH:145,0 CK:18,1 SO:3,3	EN:1370 ZS:71,1 TZS:16,2 FH:38,9 SZH:138,0 CK:25,3 SO:6,1	EN:1047 ZS:36,1 TZS:7,2 FH:49,1 SZH:123,2 CK:10,3 SO:4,0	EN:1010 ZS:39,7 TZS:8,7 FH:46,9 SZH:112,9 CK:9,4 SO:3,6	EN:1000 ZS:39,3 TZS:11,4 FH:23,9 SZH:132,7 CK:38,0 SO:4,6	EN:1168 ZS:47,4 TZS:10,7 FH:44,2 SZH:138,7 CK:5,5 SO:3,7	EN:889 ZS:32,7 TZS:4,3 FH:40,1 SZH:108,3 CK:1,6 SO:5,5
Üzsonna	Menü süti (1;3;5;6;7;8)	Ringlószilva	Nápolyi (1;7)	Kefir (7) Kifli (1;7)	Vanília túrókrém (7)	50 %-os gyümölcsnektár	Natúr joghurt (7) Kifli (1;7)
Tápanyagértékek	EN:103 ZS:3,6 TZS:1,6 FH:1,6 SZH:15,7 CK:9,5 SO:	EN:94 ZS:0 TZS:0 FH:1,2 SZH:21,0 CK:5,6 SO:0	EN:93 ZS:5,4 TZS:2,1 FH:1,0 SZH:10,2 CK:4,4 SO:0,0	EN:207 ZS:6,1 TZS:3,9 FH:8,5 SZH:28,6 CK:1,1 SO:0,4	EN:134 ZS:7,2 TZS:4,3 FH:6,3 SZH:10,7 CK:9,9 SO:0,0	EN:48 ZS:1,0 TZS:0,2 FH:1,0 SZH:11,2 CK:10,8 SO:0,0	EN:207 ZS:6,1 TZS:3,9 FH:8,5 SZH:28,6 CK:1,1 SO:0,4
Vacsora	Csirkemellsonka Margarin Hónapos retek Félbarna kenyér (1)	Trappista sajt (7) Margarin teljeskiőrlésű kenyér (1)	Zöldséges felvágott (10) Margarin teljeskiőrlésű kenyér (1)	Csirkemáj zsírjában Félbarna kenyér (1) Csemege uborka (10)	Olasz felvágott Margarin Zsemle (1)	Cézársaláta (3;7;10) Félbarna kenyér (1)	Diákcseszege paprikásszalámi Margarin teljeskiőrlésű kenyér (1) Kápia paprika
Tápanyagértékek	EN:349 ZS:7,6 TZS:2,4 FH:15,8 SZH:53,1 CK:0,4 SO:2,6	EN:496 ZS:22,3 TZS:12,4 FH:23,6 SZH:47,2 CK:1,4 SO:2,2	EN:378 ZS:12,7 TZS:4,2 FH:13,4 SZH:49,5 CK:2,2 SO:2,6	EN:766 ZS:61,3 TZS:32,5 FH:9,9 SZH:54,9 CK:1,5 SO:2,8	EN:484 ZS:17,4 TZS:5,8 FH:16,8 SZH:63,3 CK:1,9 SO:1,5	EN:458 ZS:13,7 TZS:5,7 FH:24,4 SZH:56,5 CK:2,1 SO:3,3	EN:303 ZS:5,5 TZS:1,6 FH:9,5 SZH:50,0 CK:2,8 SO:1,4

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.



ÉTLÁP

MEGÚJULÓ KÖZÉTKEZTETÉS



15. hét 2024.04.08 - 2024.04.14-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Gyümölcs tea (12) Bécsi felvágott Margarin Zsemle (1)	Forralt tej (7) Sertés párizsi Margarin Félbarna kenyér (1) Jégsaprettek	Citromos tea Házi sertéssülthúskrém (7) teljeskiőrlésű kenyér (1) Paprika	Forralt tej (7) Barack lekvár Margarin Félbarna kenyér (1)	Málna tea Kapros túrókrém (7) teljeskiőrlésű kenyér (1) Kígyóborka	Gyümölcs tea (12) Zöldséges omlett (3;7) Félbarna kenyér (1)	Vaníliás tej (7) Sajtós kifli (1;7)
Tápanyagértékek	EN:425 ZS:20,3 TZS:7,9 FH:12,0 SZH:47,4 CK:16,1 SO:1,2	EN:563 ZS:21,2 TZS:6,4 FH:23,0 SZH:69,2 CK:14,2 SO:2,8	EN:362 ZS:8,3 TZS:3,8 FH:14,8 SZH:52,8 CK:3,7 SO:1,4	EN:510 ZS:9,1 TZS:1,6 FH:16,1 SZH:89,1 CK:34,6 SO:1,6	EN:382 ZS:5,8 TZS:2,0 FH:15,3 SZH:64,0 CK:17,0 SO:1,3	EN:460 ZS:11,2 TZS:3,0 FH:17,8 SZH:70,0 CK:16,6 SO:2,1	EN:458 ZS:11,4 TZS: FH:22,7 SZH:63,6 CK:16,0 SO:1,3
Tízórai	Nektarin	Tejföl (7) Kifli (1;7)	Liegeois vaníliás puding 175g (1;7)	Őszibarack	Sajtós croissant (1;7)	Pogácsa (1;3;7)	Kefir (7) Teljeskiőrlésű zsemle (1;6)
Tápanyagértékek	EN:88 ZS:0 TZS:0 FH:0,7 SZH:20,5 CK:0 SO:0	EN:322 ZS:20,9 TZS:13,4 FH:6,3 SZH:25,4 CK:3,6 SO:0,4	EN:154 ZS:4,2 TZS:3,5 FH:1,4 SZH:27,5 CK:21,7 SO:0,3	EN:82 ZS:0,2 TZS:0 FH:1,4 SZH:18,0 CK:18,0 SO:0	EN:192 ZS:10,0 TZS:5,5 FH:3,0 SZH:21,5 CK:0,8 SO:0,8	EN:207 ZS:11,0 TZS:3,2 FH:4,2 SZH:25,8 CK:0,7 SO:1,2	EN:245 ZS:6,3 TZS:3,5 FH:10,9 SZH:36,9 CK:0,7 SO:0,8
Ebéd A	Tojásleves (1;3) Egyben sertésvagdalt (1;3) Kelkáposzta főzelék (1;12) teljeskiőrlésű kenyér (1) Piskóta rolád (1;3;7)	Csirkebecsináltleves (1;7) Dejó szórat (1) Metélt tészta (1) Alma	Zöldséges lebbencsleves (1) Füstölt főtt tarja Lencsefőzelék (1;7;10) teljeskiőrlésű kenyér (1) Túró rudi (6;7)	Vajgaluskaleves (1;3) Lecsós csirkeragu Párolt rizs köret Nektarin	Vaníliás körtekrémleves körtekockákkal (1;7) Pincepörkölt (sertés) (12) Cékla saláta (10) Félbarna kenyér (1)	Húsleves (3;9) Levesbetét tészta (1) Pulykahúsos rakott zöldbab (1;7) Menü süti (1;3;5;6;7;8)	Karalábéleves (1;3;7) Csirkehúsos lasagne (1;6;7;9;12) Körte
Tápanyagértékek	EN:1126 ZS:51,3 TZS:14,6 FH:37,6 SZH:122,5 CK:18,6 SO:5,3	EN:995 ZS:26,3 TZS:3,5 FH:39,7 SZH:143,7 CK:27,6 SO:2,8	EN:1466 ZS:61,6 TZS:17,5 FH:60,9 SZH:155,6 CK:33,1 SO:8,5	EN:698 ZS:7,5 TZS:1,4 FH:34,1 SZH:126,6 CK:0,0 SO:4,0	EN:910 ZS:29,2 TZS:9,3 FH:36,6 SZH:121,1 CK:27,4 SO:5,2	EN:716 ZS:24,3 TZS:3,9 FH:34,2 SZH:95,4 CK:19,2 SO:2,2	EN:1078 ZS:44,4 TZS:10,7 FH:40,4 SZH:132,5 CK:12,5 SO:1,9
Ebéd B	Tojásleves (1;3) Főtt virsli P Zöldborsófőzelék (1;7) teljeskiőrlésű kenyér (1) Piskóta rolád (1;3;7)	Csirkebecsináltleves (1;7) Tehéntúró (7) Tejföl (7) Fodros nagykocka (1) Alma	Zöldséges lebbencsleves (1) Sertés sült Paradicsomos káposzta (1) teljeskiőrlésű kenyér (1) Túró rudi (6;7)	Vajgaluskaleves (1;3) Milánói makaróni sertés (1) Reszelt sajt (7) Nektarin	Vaníliás körtekrémleves körtekockákkal (1;7) Borsos sertés tokány (1) Bulgur köret (1) Cékla saláta (10)	Húsleves (3;9) Levesbetét tészta (1) Brassói aprópecsenye Sült burgonya (12) Mongol saláta (10)	Karalábéleves (1;3;7) Rántott csirkecombfilé (1;3) Rizi-bizi Körte
Tápanyagértékek	EN:1204 ZS:66,0 TZS:17,5 FH:34,2 SZH:114,6 CK:32,5 SO:6,7	EN:1004 ZS:35,4 TZS:5,3 FH:42,2 SZH:127,4 CK:11,4 SO:3,1	EN:1343 ZS:64,8 TZS:14,5 FH:52,0 SZH:133,8 CK:42,9 SO:3,1	EN:959 ZS:21,7 TZS:8,7 FH:38,2 SZH:155,3 CK:35,6 SO:4,4	EN:1078 ZS:52,6 TZS:9,4 FH:33,6 SZH:121,0 CK:37,3 SO:5,2	EN:905 ZS:42,5 TZS:11,9 FH:37,2 SZH:84,5 CK:4,3 SO:5,2	EN:1751 ZS:74,8 TZS:10,6 FH:79,7 SZH:190,0 CK:6,2 SO:4,8
Úzsonna	sült paprikakrém (7) teljeskiőrlésű kenyér (1)	Körte	Szőlő	Gyümölcsjoghurt (7)	Alma	Ringlószilva	Gyümölcs saláta
Tápanyagértékek	EN:310 ZS:3,4 TZS:1,2 FH:11,1 SZH:55,4 CK:4,1 SO:1,4	EN:130 ZS:0 TZS:0 FH:1,0 SZH:30,0 CK:3,8 SO:0	EN:117 ZS:0 TZS:0 FH:0,9 SZH:27,2 CK:14,2 SO:0	EN:165 ZS:4,5 TZS:2,7 FH:5,2 SZH:28,4 CK:27,2 SO:0,0	EN:56 ZS:0,6 TZS:0 FH:0,6 SZH:11,2 CK:0 SO:0	EN:94 ZS:0 TZS:0 FH:1,2 SZH:21,0 CK:5,6 SO:0	EN:116 ZS:0,3 TZS:0 FH:1,0 SZH:25,7 CK:4,3 SO:0
Vacsora	Kockasajt, natúr (7) Kifli (1;7)	Szardíniakrém (4;7) teljeskiőrlésű kenyér (1)	Snidlinges vajkrém (7) Zsemle (1)	Gépsonka Margarin Teljeskiőrlésű zsemle (1;6) Paradicsom	Orosz hússaláta (3;7;10;12) Félbarna kenyér (1)	Gouda sajt (3;7) Margarin teljeskiőrlésű kenyér (1) Paprika	Füstölt-főtt császárszalonna teljeskiőrlésű kenyér (1) Lilahagyma
Tápanyagértékek	EN:372 ZS:12,8 TZS:8,4 FH:13,6 SZH:49,5 CK:2,2 SO:1,7	EN:300 ZS:6,1 TZS:3,4 FH:10,1 SZH:48,0 CK:1,7 SO:1,4	EN:498 ZS:19,4 TZS:11,5 FH:11,1 SZH:64,3 CK:3,6 SO:0,2	EN:262 ZS:7,4 TZS:2,2 FH:14,5 SZH:35,2 CK:0,8 SO:2,1	EN:668 ZS:20,1 TZS:2,4 FH:28,0 SZH:87,7 CK:14,0 SO:4,4	EN:509 ZS:21,1 TZS:12,3 FH:26,3 SZH:50,0 CK:1,4 SO:2,6	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. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.



ÉTLÁP

MEGÚJULÓ KÖZÉTKEZTETÉS



16. hét 2024.04.15 - 2024.04.21-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Forralt tej (7) Zala felvágott Margarin Teljeskiőrlésű zsemle (1;6) Paprika	Erdei gyümölcs tea (12) Margarin vajkrém (7) teljeskiőrlésű kenyér (1) Kígyóborka	Kakaó (7) Vaj (7) Kakaós foszlós kalács (1;3;6;7)	Citromos tea Főtt virsli P Ketchup Félbarna kenyér (1)	Citromos tea Májusi csemege (6) Margarin teljeskiőrlésű kenyér (1) Kígyóborka	Erdei gyümölcs tea (12) Tojásrántotta (3;7) Félbarna kenyér (1)	Karamellás tej (7) Briós (1;3;6;7)
Tápanyagértékek	EN:634 ZS:22,3 TZS:6,1 FH:29,7 SZH:80,5 CK:15,7 SO:3,3	EN:479 ZS:22,5 TZS:14,1 FH:10,7 SZH:54,3 CK:5,3 SO:1,9	EN:296 ZS:21,3 TZS:10,9 FH:10,2 SZH:16,3 CK:16,2 SO:0,3	EN:543 ZS:26,0 TZS:8,1 FH:20,0 SZH:56,9 CK:4,2 SO:3,5	EN:438 ZS:17,5 TZS:7,6 FH:15,8 SZH:51,2 CK:3,7 SO:2,9	EN:537 ZS:20,5 TZS:5,8 FH:28,6 SZH:56,7 CK:3,7 SO:2,1	EN:470 ZS:13,0 TZS:3,0 FH:18,7 SZH:72,7 CK:25,3 SO:0,9
Tízórai	50 %-os gyümölcsnektár	Körte	Gyümölcsjoghurt (7)	Alma	szilva	Szőlő	Banán
Tápanyagértékek	EN:48 ZS:1,0 TZS:0,2 FH:1,0 SZH:11,2 CK:10,8 SO:0,0	EN:130 ZS:0 TZS:0 FH:1,0 SZH:30,0 CK:3,8 SO:0	EN:39 ZS:1,1 TZS:0,5 FH:1,1 SZH:6,8 CK:6,8 SO:0,0	EN:56 ZS:0,6 TZS:0 FH:0,6 SZH:11,2 CK:0 SO:0	EN:50 ZS:0 TZS:0 FH:0,6 SZH:11,2 CK:3,0 SO:0	EN:117 ZS:0 TZS:0 FH:0,9 SZH:27,2 CK:14,2 SO:0	EN:210 ZS:0 TZS:0 FH:2,6 SZH:48,4 CK:0 SO:0
Ebéd A	Görög sertésraguleves (1;7) Darás metélt (1) Barack lekvár Félbarna kenyér (1) Nektarin	Csontleves Levesbetét tészta (1) Töltött paprika (3) Paradicsommártás (1) Főtt burgonya 1/2 (12) Túró rudi (6;7)	Magyaros karfiollevés (1;3) Roston sült csirkemell Párolt rizs köret Vitál mártás (1;7)	Tejfölös gombaleves (1;3;7;9;10) Chilis bab sertéshússal teljeskiőrlésű kenyér (1) Menü süti (1;3;5;6;7;8)	Sütőtök krémleves (1;7;12) Pírotott tökmag Zöldséges-csirkés bulgur (1) Cékla saláta (10)	Francia hagymaleves (7) Rakott burgonya kolbásszal (3;7;12) Mongol saláta (10)	Minestrone zöldségleves (1;9;12) Zúza pörkölt Tészta köret Csalamádé (10;12)
Tápanyagértékek	EN:1553 ZS:49,5 TZS:9,6 FH:44,3 SZH:226,8 CK:22,9 SO:5,3	EN:1012 ZS:30,1 TZS:11,9 FH:36,3 SZH:142,9 CK:45,2 SO:7,4	EN:943 ZS:31,8 TZS:4,6 FH:39,7 SZH:122,5 CK:5,3 SO:5,2	EN:924 ZS:33,4 TZS:8,0 FH:42,1 SZH:104,8 CK:18,7 SO:4,7	EN:897 ZS:24,9 TZS:5,1 FH:44,1 SZH:124,7 CK:28,4 SO:4,0	EN:952 ZS:58,8 TZS:17,2 FH:27,5 SZH:70,7 CK:4,4 SO:6,0	EN:465 ZS:28,5 TZS:3,4 FH:23,4 SZH:24,1 CK:2,5 SO:4,5
Ebéd B	Görög sertésraguleves (1;7) Reszelt sajt (7) Tejföl (7) Spagetti (1) Félbarna kenyér (1) Nektarin	Csontleves Levesbetét tészta (1) Főtt sertéskaraj Vegyes gyümölcsmártás (1;7) Kuskusz köret(1) Túró rudi (6;7)	Magyaros karfiollevés (1;3) Citromos halfilé (4) Burgonyapüré (7;12) Mongol saláta (10)	Tejfölös gombaleves (1;3;7;9;10) Pulykaapró feltét (1) Vegyesfőzelék (1;7) teljeskiőrlésű kenyér (1) Menü süti (1;3;5;6;7;8)	Sütőtök krémleves (1;7;12) Pírotott tökmag Rántott sajt (1;3;7) Párolt rizs köret Majonéz (mini) (3;10)	Francia hagymaleves (7) Sült májás hurka (1;6;7;9;10) Főtt burgonya 1/2 (12) Párolt káposzta 1/2	Minestrone zöldségleves (1;9;12) Pírotott csirkemáj Csöben sült vegyes zöldség (1;3;7;9)
Tápanyagértékek	EN:1103 ZS:43,4 TZS:13,2 FH:44,5 SZH:132,1 CK:9,0 SO:5,6	EN:1594 ZS:52,3 TZS:13,3 FH:63,3 SZH:210,4 CK:60,5 SO:6,9	EN:1375 ZS:75,1 TZS:13,7 FH:69,5 SZH:93,0 CK:15,1 SO:6,7	EN:1000 ZS:34,3 TZS:5,4 FH:44,1 SZH:121,2 CK:29,0 SO:6,4	EN:1271 ZS:55,1 TZS:14,5 FH:30,6 SZH:138,9 CK:21,3 SO:3,9	EN:863 ZS:44,2 TZS:1,9 FH:37,7 SZH:62,2 CK:6,1 SO:3,7	EN:484 ZS:18,8 TZS:7,3 FH:40,6 SZH:35,6 CK:4,8 SO:4,2
Uzsonna	Szőlő	Csokipuding (1;7)	Őszibarackbefőtt	Kefir (7) Kifli (1;7)	Pritaminos túrókrém (7) Kifli (1;7)	Ízes levél (1;3;7)	Puszedli (1;3)
Tápanyagértékek	EN:117 ZS:0 TZS:0 FH:0,9 SZH:27,2 CK:14,2 SO:0	EN:176 ZS:4,6 TZS:3,2 FH:2,2 SZH:31,6 CK:24,8 SO:0,16	EN:43 ZS:0,0 TZS:0,0 FH:0,4 SZH:11,6 CK:10,6 SO:0,0	EN:207 ZS:6,1 TZS:3,9 FH:8,5 SZH:28,6 CK:1,1 SO:0,4	EN:233 ZS:7,5 TZS:3,2 FH:13,9 SZH:26,8 CK:4,4 SO:0,4	EN:359 ZS:13,0 TZS:7,2 FH:4,0 SZH:55,0 CK:27,0 SO:0,4	EN:112 ZS:0,5 TZS:0,2 FH:1,5 SZH:25,0 CK:17,0 SO:0,0
Vacsora	Sülthús zsírjában Félbarna kenyér (1)	Olasz felvágott teljeskiőrlésű kenyér (1) Margarin Kígyóborka	Tepertőkrém (7;10) Félbarna kenyér (1) Paprika	Kenőmájás Zsemle (1) Paprika	Francia saláta (3;7;10;12) Burgonyás kenyér(1)	Sajtkrém (7) teljeskiőrlésű kenyér (1) Paprika	Disznósajt teljeskiőrlésű kenyér (1) Zöldhagyma
Tápanyagértékek	EN:658 ZS:24,9 TZS:9,5 FH:52,0 SZH:52,0 CK:0,2 SO:1,5	EN:434 ZS:17,5 TZS:6,1 FH:16,4 SZH:49,5 CK:1,5 SO:2,8	EN:573 ZS:30,2 TZS:12,2 FH:11,7 SZH:55,5 CK:0,4 SO:1,4	EN:456 ZS:12,5 TZS:5,1 FH:15,9 SZH:67,4 CK:2,6 SO:1,3	EN:330 ZS:19,1 TZS:2,1 FH:7,1 SZH:25,3 CK:11,8 SO:2,2	EN:353 ZS:8,7 TZS:5,1 FH:11,8 SZH:53,0 CK:4,4 SO:2,2	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. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.



ÉTLÁP

MEGÚJULÓ KÖZÉTKEZTETÉS



17. hét 2024.04.22 - 2024.04.28-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Málna tea Soproni felvágott Margarin Teljeskiőrlésű zsemle (1;6) Zöldhagyma	Tejeskávé (1;7) Sertés párizsi Margarin teljeskiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka	Citromos tea Főtt tojás (3) Margarin Félbarna kenyér (1)	Forralt tej (7) Méz Margarin Császár zsemle (1;6)	Erdei gyümölcs tea (12) Pritaminos szendvicskrém (7) teljeskiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka	Málna tea Bundás kenyér(1;3)	Tejeskávé (1;7) Vaj (7) Molnárka (1;3;6;7;8;11;13)
Tápanyagértékek	EN:576 ZS:17,8 TZS:6,0 FH:21,2 SZH:79,0 CK:15,9 SO:3,0	EN:562 ZS:21,3 TZS:6,4 FH:23,7 SZH:65,8 CK:16,0 SO:2,9	EN:455 ZS:16,5 TZS:5,0 FH:20,8 SZH:53,9 CK:2,2 SO:1,3	EN:592 ZS:11,6 TZS:1,3 FH:18,7 SZH:105,8 CK:48,0 SO:1,7	EN:485 ZS:22,6 TZS:14,1 FH:11,0 SZH:55,2 CK:5,8 SO:1,9	EN:495 ZS:20,4 TZS:2,3 FH:10,1 SZH:65,5 CK:14,8 SO:1,0	EN:610 ZS:29,5 TZS:14,0 FH:17,8 SZH:71,6 CK:22,8 SO:0,9
Tízórai	Sós pereg (1;3;7)	100 %-os gyümölcsle	Alma	Kockasajt, natúr (7) Kifli (1;7)	Kivi gyümölcs	Liegeois vaníliás puding 175g (1;7)	Túró rudi (6;7)
Tápanyagértékek	EN:196 ZS:5,3 TZS: FH:5,6 SZH:30,3 CK: SO:0,7	EN:92 ZS: TZS: FH: SZH:22,6 CK:21,6 SO:	EN:56 ZS:0,6 TZS:0 FH:0,6 SZH:11,2 CK: SO:	EN:257 ZS:12,0 TZS:8,0 FH:10,1 SZH:26,6 CK:1,1 SO:1,4	EN:42 ZS:0 TZS:0 FH:0,8 SZH:9,0 CK: SO:	EN:154 ZS:4,2 TZS:3,5 FH:1,4 SZH:27,5 CK:21,7 SO:0,3	EN:107 ZS:5,4 TZS:4,5 FH:2,9 SZH:11,7 CK:11,1 SO:0,0
Ebéd A	Palócleves (sertés) (1;7;12) Tojásos galuska (1;3;7) Fejes saláta teljeskiőrlésű kenyér (1) Körte	Erőleves Levesbetét tészta (1) Sertés sült Karalábéfőzelék (1;7) teljeskiőrlésű kenyér (1) Nápolyi (1;7)	Lebbencs leves (1;12) Budapest sertésragu Párolt rizs köret Alma	Daragaluskaleves (1;3;9) Székelykáposzta (1;7;8) Félbarna kenyér (1) Piskóta rolád (1;3;7)	Zellerkrémleves (1;7;9) Pírotott tészta (1) Roston sült csirkemell Kapor mártás (1;7) Bulgur köret (1) szilva	Zöldborsóleves (1;3) Rántott halszelet (1;3;4) Petrezselymes burgonya (12) Csiki mártás (3;7;10)	Őszibarackleves (1;7) Sertés pörkölt Tészta köret Csemege uborka (10)
Tápanyagértékek	EN:1200 ZS:33,3 TZS:7,5 FH:61,9 SZH:206,9CK:11,2 SO:4,3	EN:1165 ZS:63,9 TZS:12,0 FH:48,2 SZH:93,2 CK:22,6 SO:5,6	EN:1033 ZS:36,7 TZS:8,5 FH:35,6 SZH:137,9 CK:1,6 SO:5,2	EN:1277 ZS:82,8 TZS:18,2 FH:35,3 SZH:95,1 CK:23,8 SO:9,2	EN:1123 ZS:52,4 TZS:5,6 FH:41,4 SZH:116,6CK:19,1 SO:4,7	EN:1687 ZS:92,5 TZS:10,9 FH:58,4 SZH:157,8 CK:18,7 SO:6,0	EN:710 ZS:35,5 TZS:4,8 FH:26,0 SZH:71,8 CK:52,4 SO:6,1
Ebéd B	Palócleves (sertés) (1;7;12) Mák szórat Metélt tészta (1) teljeskiőrlésű kenyér (1) Körte	Erőleves Levesbetét tészta (1) Sült debreceni kolbász Finomfőzelék (1;7) teljeskiőrlésű kenyér (1) Nápolyi (1;7)	Lebbencs leves (1;12) Tejfölös- kukoricás csirkeragu Bulgur köret (1) Alma	Daragaluskaleves (1;3;9) Sertés sült Gombamártás (1;7) Főtt burgonya 1/2 (12) Piskóta rolád (1;3;7)	Zellerkrémleves (1;7;9) Pírotott tészta (1) Hentes sertés tokány (1;6;10) Párolt rizs köret szilva	Zöldborsóleves (1;3) Párizsi szelet (1;3;7) Kukoricás rizs	Őszibarackleves (1;7) Dubarry csirkemell (1;6;7) Párolt rizs köret Nektarin
Tápanyagértékek	EN:1467 ZS:49,0 TZS:8,5 FH:47,7 SZH:198,8 CK:30,1 SO:3,4	EN:1103 ZS:57,5 TZS:20,2 FH:37,6 SZH:106,6 CK:25,4 SO:8,5	EN:1076 ZS:48,6 TZS:6,4 FH:40,4 SZH:114,3 CK:11,6 SO:3,8	EN:1229 ZS:78,7 TZS:16,1 FH:47,9 SZH:77,2 CK:23,2 SO:3,6	EN:1206 ZS:55,8 TZS:14,0 FH:39,1 SZH:135,6CK:6,8 SO:6,2	EN:1275 ZS:55,2 TZS:7,4 FH:55,7 SZH:139,0 CK:0,2 SO:2,9	EN:1216 ZS:32,0 TZS:11,1 FH:46,4 SZH:185,0 CK:53,5 SO:4,0
Uzsonna	Gyümölcsös ivóyoghurt (7) Kifli (1;7)	Nektarin	Natúr joghurt (7) Kifli (1;7)	Meggybefőtt	Pizzás csiga (1;6;7)	Szőlő	Ringlószilva
Tápanyagértékek	EN:199 ZS:2,9 TZS:1,6 FH:6,0 SZH:34,0 CK:12,1 SO:0,5	EN:88 ZS:0 TZS:0 FH:0,7 SZH:20,5 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:42 ZS:0,2 TZS:0 FH:0,4 SZH:12,7 CK:12,0 SO:0	EN:392 ZS:17,9 TZS:1,4 FH:7,2 SZH:48,7 CK:3,7 SO:0,4	EN:117 ZS:0 TZS:0 FH:0,9 SZH:27,2 CK:14,2 SO:0	EN:94 ZS:0 TZS:0 FH:1,2 SZH:21,0 CK:5,6 SO:0
Vacsora	Majonézes virsli-saláta (3;7;10) Félbarna kenyér (1)	Tejfölös túrókrém (7) Félbarna kenyér (1)	Sajtkrém (7) teljeskiőrlésű kenyér (1) Paradicsom	Házi csirkemájkrém teljeskiőrlésű kenyér (1) Paprika	Trappista sajt szeletelt (7) Margarin Burgonyás kenyér(1) Hónapos retek	Gépsonka Margarin Félbarna kenyér (1) Paradicsom	Túrista szalámi Margarin teljeskiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka
Tápanyagértékek	EN:1191 ZS:84,4 TZS:21,6 FH:40,2 SZH:66,2 CK:12,8 SO:7 3	EN:304 ZS:4,2 TZS:1,7 FH:11,9 SZH:53,4 CK:1,6 SO:1 2	EN:349 ZS:8,8 TZS:5,1 FH:11,5 SZH:52,6 CK:4,4 SO:2 2	EN:572 ZS:33,8 TZS:17,2 FH:18,0 SZH:50,4 CK:1,4 SO:2 7	EN:226 ZS:18,1 TZS:10,8 FH:15,6 SZH:0 CK:0 SO:0 6	EN:356 ZS:7,3 TZS:2,4 FH:15,4 SZH:55,9 CK:0,3 SO:2 5	EN:499 ZS:24,1 TZS:8,8 FH:18,8 SZH:48,2 CK:1,4 SO:2 9

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.



ÉTLÁP

MEGÚJULÓ KÖZÉTKEZTETÉS



18. hét 2024.04.29 - 2024.05.05-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Forralt tej (7) Sajtos párizsi (7) Margarin teljeskiőrlésű kenyér (1)	Erdei gyümölcs tea (12) Tonhalkrém (3;4;6;7;10) Félbarna kenyér (1) Jégesapretek	Gyümölcs tea (12) Főtt virsli P Mustár (10) teljeskiőrlésű kenyér (1)	Kakaó(7) Vaj (7) Fonotka (1;3;7;8)	Forralt tej (7) Diáksemege paprikásszalámi Margarin teljeskiőrlésű kenyér (1) Kígyóborka	Forralt tej (7) Vaníliás croissant (1;3;6;7;11;13)	Málna tea Szalonnás rántotta (3;7)
Tápanyagértékek	EN:524 ZS:19,2 TZS:4,7 FH:25,9 SZH:61,7 CK:15,7 SO:2,9	EN:590 ZS:30,7 TZS:11,6 FH:14,4 SZH:60,9 CK:6,3 SO:2,4	EN:611 ZS:28,4 TZS:8,2 FH:22,4 SZH:63,2 CK:17,4 SO:4,0	EN:738 ZS:32,3 TZS:16,0 FH:20,5 SZH:90,7 CK:31,3 SO:1,3	EN:421 ZS:9,7 TZS:1,6 FH:18,5 SZH:62,2 CK:15,4 SO:1,7	EN:459 ZS:10,2 TZS:15,4 SZH:74,4 CK:44,8 SO:0,3	EN:301 ZS:19,6 TZS:6,9 FH:14,5 SZH:16,4 CK:14,9 SO:1,7
Tízórai	Körte	Menü süti (1;3;5;6;7;8)	Túró rudi (6;7)	Gyümölcs saláta	Kefír (7) Kifli (1;7)	50 %-os gyümölcsnektár	Narancs
Tápanyagértékek	EN:130 ZS:0 TZS:0 FH:1,0 SZH:30,0 CK:3,8 SO:0	EN:103 ZS:3,6 TZS:1,6 FH:1,6 SZH:15,7 CK:9,5 SO:0	EN:107 ZS:5,4 TZS:4,5 FH:2,9 SZH:11,7 CK:11,1 SO:0,0	EN:116 ZS:0,3 TZS:0 FH:1,0 SZH:25,7 CK:4,3 SO:0	EN:207 ZS:6,1 TZS:3,9 FH:8,5 SZH:28,6 CK:1,1 SO:0,4	EN:48 ZS:1,0 TZS:0,2 FH:1,0 SZH:11,2 CK:10,8 SO:0,0	EN:82 ZS:0 TZS:0 FH:1,2 SZH:17,0 CK:0 SO:0
Ebéd A	Bakonyi sertés betyárleves (1;7) Tejberizs (7) Fahéj szórát Félbarna kenyér (1) Alma	Zöldséges tarhonyaleves (1) Főtt tojás (3) Parajmártás (1;7) Főtt burgonya 1/2 (12) teljeskiőrlésű kenyér (1) Narancs	Paradicsomleves (1) Rántott csirkecombfilé (1;3) Párolt zöldségekötlet	Kertészleves (1) Zöldfiszerez csirkemell Tökfőzelék (1;7) teljeskiőrlésű kenyér (1) Puszedli (1;3)	Brokkolikrémleves (1;7) Levesgyöngy (1;3;7) Zöldséges pulykaapró Bulgur köret (1) Körte	Magyaros zöldbableves (1;3) Csülköspacal Főtt burgonya (12) Csalamádé (10;12)	Sajtgaluska leves (1;3;7;9) Rakott savanyúkáposzta (7;12) Félbarna kenyér (1)
Tápanyagértékek	EN:963 ZS:27,4 TZS:6,3 FH:37,3 SZH:140,8 CK:44,2 SO:2,9	EN:1129 ZS:42,4 TZS:7,9 FH:38,5 SZH:138,3 CK:9,7 SO:4,9	EN:1353 ZS:56,9 TZS:8,9 FH:64,7 SZH:126,8 CK:11,6 SO:5,3	EN:1066 ZS:29,1 TZS:3,9 FH:47,9 SZH:146,4 CK:46,4 SO:6,5	EN:943 ZS:30,3 TZS:4,5 FH:41,4 SZH:123,6 CK:16,2 SO:4,0	EN:911 ZS:42,3 TZS:8,2 FH:32,5 SZH:97,5 CK:4,6 SO:4,5	EN:597 ZS:24,3 TZS:8,6 FH:32,6 SZH:58,9 CK:5,3 SO:8,0
Ebéd B	Bakonyi sertés betyárleves (1;7) Gránátos kocka (1;12) Csemege uborka (10) Félbarna kenyér (1) Alma	Zöldséges tarhonyaleves (1) Sertés vagdalt (1;3;5;6;7;8;10;11) Paradicsomos káposzta (1) teljeskiőrlésű kenyér (1) Narancs	Paradicsomleves (1) Sült csirkecomb Sajtmártás (1;7) Párolt rizs köret	Kertészleves (1) Sült debreceni kolbász Sárgaborsófőzelék (1) teljeskiőrlésű kenyér (1) Puszedli (1;3)	Brokkolikrémleves (1;7) Levesgyöngy (1;3;7) Bolognai spagetti sertés (1) Reszelt sajt (7) Körte	Magyaros zöldbableves (1;3) Töltött paprika (3) Paradicsommártás (1) Főtt burgonya (12)	Sajtgaluska leves (1;3;7;9) Halpaprikás (1;4;7) Túrós csusza (1;7)
Tápanyagértékek	EN:1406 ZS:44,9 TZS:8,7 FH:48,6 SZH:197,0 CK:8,0 SO:5,9	EN:1469 ZS:67,6 TZS:13,6 FH:43,4 SZH:163,6 CK:35,1 SO:4,7	EN:1783 ZS:86,5 TZS:18,2 FH:82,4 SZH:164,9 CK:18,9 SO:6,7	EN:1422 ZS:65,1 TZS:20,5 FH:56,0 SZH:148,9 CK:26,0 SO:6,0	EN:1036 ZS:32,2 TZS:12,3 FH:41,3 SZH:143,1 CK:24,5 SO:4,5	EN:1268 ZS:43,0 TZS:9,2 FH:41,6 SZH:176,4 CK:32,6 SO:6,4	EN:670 ZS:40,4 TZS:12,2 FH:25,0 SZH:52,8 CK:7,9 SO:3,7
Uzsonna	Natúr joghurt (7) Kifli (1;7)	Szőlő	Alma	Magvas pogácsa (1;3;6;7)	Alma	Liegeois vaníliás puding 175g (1;7)	Gyümölcsjoghurt (7)
Tápanyagértékek	EN:207 ZS:6,1 TZS:3,9 FH:8,5 SZH:28,6 CK:1,1 SO:0,4	EN:117 ZS:0 TZS:0 FH:0,9 SZH:27,2 CK:14,2 SO:0	EN:56 ZS:0,6 TZS:0 FH:0,6 SZH:11,2 CK:0 SO:0	EN:433 ZS:29,7 TZS:6,1 FH:12,0 SZH:45,1 CK:1,5 SO:1,2	EN:56 ZS:0,6 TZS:0 FH:0,6 SZH:11,2 CK:0 SO:0	EN:154 ZS:4,2 TZS:3,5 FH:1,4 SZH:27,5 CK:21,7 SO:0,3	EN:39 ZS:1,1 TZS:0,5 FH:1,1 SZH:6,8 CK:6,8 SO:0,0
Vacsora	Kolbászkrem (7) Félbarna kenyér (1) Paprika	Szendvics sonka Margarin Kifli (1;7)	Orosz hússaláta (3;7;10;12)	Edami sajt (7) Margarin teljeskiőrlésű kenyér (1) Paradicsom	Túrógombóc (1;7) Porcukros tejföl (7)	Zala felvágott Margarin teljeskiőrlésű kenyér (1) Paradicsom	Magyaros vajkrém (7) teljeskiőrlésű kenyér (1) Lilahagyma
Tápanyagértékek	EN:496 ZS:23,5 TZS:9,8 FH:13,8 SZH:55,8 CK:1,2 SO:2,3	EN:342 ZS:9,0 TZS:3,5 FH:16,0 SZH:48,2 CK:3,4 SO:2,4	EN:420 ZS:19,1 TZS:2,1 FH:21,1 SZH:35,8 CK:13,8 SO:3,2	EN:488 ZS:19,7 TZS:11,2 FH:24,8 SZH:49,6 CK:1,4 SO:1,9	EN:944 ZS:18,1 TZS:7,0 FH:25,6 SZH:167,8 CK:75,2 SO:1,8	EN:443 ZS:17,6 TZS:6,4 FH:17,0 SZH:50,8 CK:1,7 SO:2,8	EN:482 ZS:22,5 TZS:14,1 FH:10,8 SZH:55,8 CK:2,8 SO:1,9

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. Puhatestűk.