

16. hét	2024.04.15 hétfő	2024.04.16 kedd	2024.04.17 szerda	2024.04.18 csütörtök	2024.04.19 péntek	2024.04.20 szombat	2024.04.21 vasárnap
REGGELI	Tea, Olasz felvágott, margarin (7), Kenyér (1),	Tea, Húskrém (1, 7, 10) kenyér (1), kígyóuborka	Tea, Baromfipárizsi, margarin (7), zsemle (1)	Tea, tavaszi felvágott, margarin (7), t.k.kenyér (1)	Tea, paraszt kolbász, margarin (7), t.k.kenyér (1), lilahagyma	Kakaó (7) Margarin (7) Kalács (1, 3, 7)	Tej (7), Extra dzsem Margarin (7), T.k.kenyér (1)
	Energia: 436,51 Kcal / 1 824,61 KJ Fehérje 12,45 g Zsír 30,13 g T.Zsírsv 9,57 g Szénhidrát Cukor Só 28,36 g 0,00 g 2,88 g	Energia: 422,77 Kcal / 1 767,18 KJ Fehérje 20,44 g Zsír 20,75 g T.Zsírsv 7,62 g Szénhidrát Cukor Só 38,41 g 0,08 g 1,00 g	Energia: 253,15 Kcal / 1 058,17 KJ Fehérje 9,38 g Zsír 24,08 g T.Zsírsv 7,48 g Szénhidrát Cukor Só 8,41 g 0,00 g 1,60 g	Energia: 342,50 Kcal / 1 431,65 KJ Fehérje 9,74 g Zsír 20,58 g T.Zsírsv 6,04 g Szénhidrát Cukor Só 29,16 g 0,00 g 1,52 g	Energia: 388,59 Kcal / 1 624,31 KJ Fehérje 11,84 g Zsír 24,38 g T.Zsírsv 7,25 g Szénhidrát Cukor Só 29,96 g 1,00 g 1,98 g	Energia: 409,29 Kcal / 1 710,83 KJ Fehérje 8,29 g Zsír 21,36 g T.Zsírsv 6,83 g Szénhidrát Cukor Só 45,48 g 4,90 g 0,93 g	Energia: 384,25 Kcal / 1 606,17 KJ Fehérje 5,76 g Zsír 14,73 g T.Zsírsv 3,84 g Szénhidrát Cukor Só 56,33 g 23,72 g 0,79 g
	28,36 g 0,00 g 2,88 g	38,41 g 0,08 g 1,00 g	8,41 g 0,00 g 1,60 g	29,16 g 0,00 g 1,52 g	29,96 g 1,00 g 1,98 g	45,48 g 4,90 g 0,93 g	56,33 g 23,72 g 0,79 g
TÍZÓRAI	Mandarin	Sajtos rúd (1, 3, 7)	Tejberizs (1, 6, 7)	Banán	Lekváros táská (1, 3, 7)	Narancs	Banán
	Energia: 93,77 Kcal / 391,96 KJ Fehérje 1,40 g Zsír 0,60 g T.Zsírsv 0,00 g Szénhidrát Cukor Só 19,60 g 0,00 g 0,01 g	Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ Fehérje 0,00 g Zsír 0,00 g T.Zsírsv 0,00 g Szénhidrát Cukor Só 0,00 g 0,00 g 0,00 g	Energia: 93,77 Kcal / 391,96 KJ Fehérje 1,40 g Zsír 0,60 g T.Zsírsv 0,00 g Szénhidrát Cukor Só 19,60 g 0,00 g 0,01 g	Energia: 209,94 Kcal / 877,55 KJ Fehérje 2,60 g Zsír 0,20 g T.Zsírsv 0,00 g Szénhidrát Cukor Só 48,40 g 0,00 g 0,11 g	Energia: 322,49 Kcal / 1 348,01 KJ Fehérje 7,60 g Zsír 6,20 g T.Zsírsv 0,00 g Szénhidrát Cukor Só 56,60 g 0,00 g 0,00 g	Energia: 93,77 Kcal / 391,96 KJ Fehérje 1,40 g Zsír 0,60 g T.Zsírsv 0,00 g Szénhidrát Cukor Só 19,60 g 0,00 g 0,01 g	Energia: 93,77 Kcal / 391,96 KJ Fehérje 1,40 g Zsír 0,60 g T.Zsírsv 0,00 g Szénhidrát Cukor Só 19,60 g 0,00 g 0,01 g
	19,60 g 0,00 g 0,01 g	0,00 g 0,00 g 0,00 g	19,60 g 0,00 g 0,01 g	48,40 g 0,00 g 0,11 g	56,60 g 0,00 g 0,00 g	19,60 g 0,00 g 0,01 g	19,60 g 0,00 g 0,01 g
EBÉD	Sertés raguleves (1, 3, 9) Burgonyás kocka (1, 3, 12) Savanyúság (10, 12)*	Daragaluskaleves (1, 3, 9) Sült bécsi rudacska Sárgaborsófőzelék (1)	Vegyes gyümölcsleves (1, 7) Tarhonyás hús (1, 3) Káposztasaláta	Orjaleves (1, 3, 9) Húsgombóc kölessel(3) paradicsommártás (1, 9) 1/2 petrezselymes burgonya (12)	Medvehagyma krémleves,(1, 6, 7, 12) Rakott burgonya (3, 7, 12)	Karalábéleves (1, 3, 9) Budapest csirkemáj (1) Párolt rizs	Zöldborsóleves (1, 3, 9) Pincepörkölt (12) Céklasaláta (10, 12)*
	Energia: 708.68 Kcal Fehérje 24.12 g Zsír 23.44 g T.Zsírsv 4.49 g Szénhidrát Cukor Só 98.04 g 4.00 g 3.13 g	Energia: 702.22 Kcal Fehérje 33.88 g Zsír 30.66 g T.Zsírsv 6.01 g Szénhidrát Cukor Só 71.30 g 0.00 g 1.76 g	Energia:700.95 Kcal Fehérje 32.39 g Zsír 17.32 g T.Zsírsv 1.95 g Szénhidrát Cukor Só 102.91 g 21.87 g 1.22 g	Energia: 787.10 Kcal / 3,290.08 KJ Fehérje 33.13 g Zsír 21.00 g T.Zsírsv 2.55 g Szénhidrát Cukor Só 114.03 g 12.39 g 2.62 g	Energia: 700.86 Kcal Fehérje 25.90 g Zsír 33.24 g T.Zsírsv 11.48 g Szénhidrát Cukor Só 73.09 g 3.73 g 3.24 g	Energia: 784.03 Kcal Fehérje 37.25 g Zsír 24.42 g T.Zsírsv 4.26 g Szénhidrát Cukor Só 102.14 g 0.04 g 0.43 g	Energia: 700.16 Kcal Fehérje 35.18 g Zsír 28.91 g T.Zsírsv 7.52 g Szénhidrát Cukor Só 72.92 g 4.00 g 1.87 g
	98.04 g 4.00 g 3.13 g	71.30 g 0.00 g 1.76 g	102.91 g 21.87 g 1.22 g	114.03 g 12.39 g 2.62 g	73.09 g 3.73 g 3.24 g	102.14 g 0.04 g 0.43 g	72.92 g 4.00 g 1.87 g
UZSONNA	Vaníliás krémtúró (6, 7)	Natúr joghurt (7)	Pogácsa (1, 3, 7)	Kakaós kifli (1, 3, 7)	Kefir (7) Háztartási keksz (1, 12)	Sajtos rúd (1, 3, 7)	Gyümölcsjoghurt (7)
	Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ Fehérje 0,00 g Zsír 0,00 g T.Zsírsv 0,00 g Szénhidrát Cukor Só 0,00 g 0,00 g 0,00 g	Energia: 163,58 Kcal / 683,76 KJ Fehérje 8,44 g Zsír 7,90 g T.Zsírsv 3,96 g Szénhidrát Cukor Só 16,90 g 0,00 g 0,60 g	Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ Fehérje 0,41 g Zsír 2,16 g T.Zsírsv 0,59 g Szénhidrát Cukor Só 2,22 g 0,00 g 0,13 g	Energia: 136,89 Kcal / 572,20 KJ Fehérje 2,24 g Zsír 0,66 g T.Zsírsv 0,03 g Szénhidrát Cukor Só 28,77 g 0,00 g 0,01 g	Energia: 199,59 Kcal / 834,29 KJ Fehérje 7,45 g Zsír 7,00 g T.Zsírsv 10,27 g Szénhidrát Cukor Só 27,00 g 4,63 g 0,75 g	Energia: 103,63 Kcal / 433,17 KJ Fehérje 1,34 g Zsír 0,40 g T.Zsírsv 0,00 g Szénhidrát Cukor Só 21,98 g 0,02 g 0,02 g	Energia: 167,12 Kcal / 698,56 KJ Fehérje 5,62 g Zsír 5,82 g T.Zsírsv 3,13 g Szénhidrát Cukor Só 22,59 g 13,00 g 0,49 g
	0,00 g 0,00 g 0,00 g	16,90 g 0,00 g 0,60 g	2,22 g 0,00 g 0,13 g	28,77 g 0,00 g 0,01 g	27,00 g 4,63 g 0,75 g	21,98 g 0,02 g 0,02 g	22,59 g 13,00 g 0,49 g
VACSORA	Márton szendvics Teljes kiőrlésű kenyér (1), lilahagyma	Kockasajt (7), T.k. kenyér (1), paradicsom	Főtt bécsi rudacska, ketchup, t.k.kifli (1)	Sertéspárizsi, margarin (7), Magvas kenyér (1)	Sajt (7), margarin (7), Zsemle (1), Jégcsapretek	Löncs felvágott Vajkrém (7) T.k.kenyér (1) Jégcsapretek	Soproni felvágott, margarin (7) T.k.kenyér (1), kígyóuborka
	Energia: 378,21 Kcal / 1 580,92 KJ Fehérje 6,05 g Zsír 25,51 g T.Zsírsv 7,57 g Szénhidrát Cukor Só 30,62 g 1,50 g 0,59 g	Energia: 396,21 Kcal / 1 656,16 KJ Fehérje 12,58 g Zsír 24,79 g T.Zsírsv 9,79 g Szénhidrát Cukor Só 30,21 g 0,00 g 1,90 g	Energia: 299,98 Kcal / 1 253,92 KJ Fehérje 16,82 g Zsír 24,28 g T.Zsírsv 9,22 g Szénhidrát Cukor Só 11,44 g 2,80 g 3,57 g	Energia: 389,16 Kcal / 1 626,69 KJ Fehérje 12,58 g Zsír 22,50 g T.Zsírsv 6,90 g Szénhidrát Cukor Só 33,62 g 0,00 g 1,99 g	Energia: 263,46 Kcal / 1 101,26 KJ Fehérje 11,06 g Zsír 23,68 g T.Zsírsv 9,91 g Szénhidrát Cukor Só 8,80 g 0,00 g 1,20 g	Energia: 311,47 Kcal / 1 301,94 KJ Fehérje 12,82 g Zsír 15,75 g T.Zsírsv 2,87 g Szénhidrát Cukor Só 29,69 g 0,00 g 1,91 g	Energia: 406,56 Kcal / 1 699,42 KJ Fehérje 11,38 g Zsír 27,08 g T.Zsírsv 8,42 g Szénhidrát Cukor Só 28,84 g 0,00 g 1,79 g
	30,62 g 1,50 g 0,59 g	30,21 g 0,00 g 1,90 g	11,44 g 2,80 g 3,57 g	33,62 g 0,00 g 1,99 g	8,80 g 0,00 g 1,20 g	29,69 g 0,00 g 1,91 g	28,84 g 0,00 g 1,79 g

Az ételváltoztatás jogát fenntartjuk.

Allergén összetevők zárójelben az étel mögött vannak feltüntetve. Valamennyi allergén nyomokban előfordulhat ételeinkben.

1=glutént tartalmazó gabonafélék; 2=rákfélék; 3=tojás; 4=hal; 5=földimogyoró; 6=szójabab; 7=tej (beleértve a laktózt is); 8=diófélék; 9=zeller; 10=mustár; 11=szezám; 12=kén-dioxid; 13=csillagfürt; 14=puhatestűek