

4. hét	2025.01.20 hétfő	2025.01.21 kedd	2025.01.22 szerda	2025.01.23 csütörtök	2025.01.24 péntek	2025.01.25 szombat	2025.01.26 vasárnap
REGGELI	Tea, Sajtos párizsi, margarin (7)paradicsom Magvas kenyér (1)	Tea, Gépsonka, margarin (7) kockasajt(7) T.k.kenyér (1, 7)	Kakaó (7), margarin (7), LEKVÁR Kalács (1, 3, 7)	Tea, parasztkolbász T.k.kenyér (1) margarin(7),uborka	Tej (7), Méz Margarin (7), Kenyér (1)	Tea, csirke mellsonka Margarin (7) kenyér (1)	Tea, Főtt tojás(3), margarin (7), t.k.kenyér(1), paprika
	Energia: 379,78 Kcal / 1 587,48 KJ Fehérje 12,56 g Zsír 22,08 g T.Zsírsvav 6,81 g Szénhidrát 32,26 g Cukor 0,00 g Só 2,11 g	Energia: 331,75 Kcal / 1 386,72 KJ Fehérje 14,64 g Zsír 17,57 g T.Zsírsvav 4,81 g Szénhidrát 28,37 g Cukor 0,00 g Só 1,23 g	Energia: 127,09 Kcal / 531,24 KJ Fehérje 0,04 g Zsír 14,00 g T.Zsírsvav 3,80 g Szénhidrát 0,08 g Cukor 0,00 g Só 0,20 g	Energia: 255,94 Kcal / 1 069,83 KJ Fehérje 14,80 g Zsír 6,75 g T.Zsírsvav 3,94 g Szénhidrát 33,89 g Cukor 5,00 g Só 3,88 g	Energia: 415,33 Kcal / 1 736,08 KJ Fehérje 6,20 g Zsír 14,48 g T.Zsírsvav 3,98 g Szénhidrát 64,58 g Cukor 32,40 g Só 1,00 g	Energia: 409,29 Kcal / 1 710,83 KJ Fehérje 8,29 g Zsír 21,36 g T.Zsírsvav 6,83 g Szénhidrát 45,48 g Cukor 4,90 g Só 0,93 g	Energia: 347,85 Kcal / 1 454,01 KJ Fehérje 9,96 g Zsír 21,18 g T.Zsírsvav 6,11 g Szénhidrát 28,93 g Cukor 0,00 g Só 1,62 g
TÍZÓRAI	Toppi hűtött desszert (1, 6)	Narancs	Pizzás csiga(1,3)	Szilva	gyümölcslé,pogácsa	Banán	Túró rudi(7)
	Energia: 182,10 Kcal / 761,18 KJ Fehérje 7,00 g Zsír 9,00 g T.Zsírsvav 0,00 g Szénhidrát 17,00 g Cukor 0,00 g Só 0,00 g	Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ Fehérje 0,04 g Zsír 0,01 g T.Zsírsvav 0,00 g Szénhidrát 0,56 g Cukor 0,00 g Só 0,00 g	Energia: 102,36 Kcal / 427,86 KJ Fehérje 1,30 g Zsír 0,36 g T.Zsírsvav 0,00 g Szénhidrát 21,80 g Cukor 0,00 g Só 0,01 g	Energia: 229,00 Kcal / 957,22 KJ Fehérje 5,22 g Zsír 14,45 g T.Zsírsvav 7,05 g Szénhidrát 19,39 g Cukor 0,00 g Só 0,44 g	Energia: 102,36 Kcal / 427,86 KJ Fehérje 1,30 g Zsír 0,36 g T.Zsírsvav 0,00 g Szénhidrát 21,80 g Cukor 0,00 g Só 0,01 g	Energia: 209,94 Kcal / 877,55 KJ Fehérje 2,60 g Zsír 0,20 g T.Zsírsvav 0,00 g Szénhidrát 48,40 g Cukor 0,00 g Só 0,11 g	Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ Fehérje 0,03 g Zsír 0,03 g T.Zsírsvav 0,00 g Szénhidrát 0,46 g Cukor 0,00 g Só 0,00 g
EBÉD	Kertészleves (1, 3, 9) Budapest csirkemáj (1) Párolt rizs	Rizsleves (1, 3) Nuggets (1, 3, 6) Paradicsomos káposzta (1)	Gyümölcsleves (1, 7) Brassói (12) Savanyúság (10, 12)	Burgonyakrémleves (1, 7, 12) Vadas csirkeragu (1, 7, 9, 10) Főtt tészta (1, 3)	Csirkebecsinált leves (1, 3, 6, 7, 9) Nudli Fahéj szórat (1, 3, 12) Alma	Zöldborsókrémleves (1, 7) Rántott csirkemell (1, 3) Petrezselymes burgonya (12)	Húsleves (1, 3, 9) Chilis bab
	Energia: 702,79 Kcal Fehérje 35,45 g Zsír 31,70 g T.Zsírsvav 3,35 g Szénhidrát 67,95 g Cukor 0 g Só 0,37 g	Energia: 702,79 Kcal Fehérje 35,45 g Zsír 31,70 g T.Zsírsvav 3,35 g Szénhidrát 67,95 g Cukor 10 g Só 0,37 g	Energia: 700,45 Kcal Fehérje 39,67 g Zsír 29,82 g T.Zsírsvav 4,89 g Szénhidrát 67,15 g Cukor 0 g Só 4,89 g	Energia: 702,79 Kcal Fehérje 35,45 g Zsír 31,70 g T.Zsírsvav 3,35 g Szénhidrát 67,95 g Cukor 0 g Só 0,37 g	Energia: 703,47 Kcal Fehérje 28,25 g Zsír 21,35 g T.Zsírsvav 3,01 g Szénhidrát 93,22 g Cukor 16,01 g Só 0,37 g	Energia: 823,66 Kcal Fehérje 33,68 g Zsír 33,21 g T.Zsírsvav 9,88 g Szénhidrát 96,28 g Cukor 0 g Só 0,93 g	Energia: 700,45 Kcal Fehérje 39,67 g Zsír 29,82 g T.Zsírsvav 4,89 g Szénhidrát 67,15 g Cukor 10 g Só 4,89 g
UZSONNA	Sajtos rúd (1, 3, 7)	Gyümölcsjoghurt (7) Korpovit keksz (1,12)	Puding(7)	Sajtos croissant(1,7)	Kefir (7) kifli(1)	Nápolyi (1, 3, 7)	Vaníliás krémtúró(6,7)
	Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ Fehérje 0,00 g Zsír 0,00 g T.Zsírsvav 0,00 g Szénhidrát 0,00 g Cukor 0,00 g Só 0,00 g	Energia: 269,70 Kcal / 1 127,35 KJ Fehérje 8,04 g Zsír 7,49 g T.Zsírsvav 3,63 g Szénhidrát 41,95 g Cukor 17,62 g Só 0,74 g	Energia: 1,27 Kcal / 5,31 KJ Fehérje 0,04 g Zsír 0,04 g T.Zsírsvav 0,00 g Szénhidrát 0,18 g Cukor 0,02 g Só 0,01 g	Energia: 130,50 Kcal / 545,49 KJ Fehérje 3,85 g Zsír 4,55 g T.Zsírsvav 0,00 g Szénhidrát 18,25 g Cukor 0,00 g Só 0,00 g	Energia: 96,00 Kcal / 401,28 KJ Fehérje 5,00 g Zsír 5,30 g T.Zsírsvav 9,77 g Szénhidrát 7,50 g Cukor 0,00 g Só 0,50 g	Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ Fehérje 0,00 g Zsír 0,00 g T.Zsírsvav 0,00 g Szénhidrát 0,00 g Cukor 0,00 g Só 0,00 g	Energia: 125,04 Kcal / 522,67 KJ Fehérje 1,64 g Zsír 7,09 g T.Zsírsvav 2,45 g Szénhidrát 13,53 g Cukor 6,24 g Só 0,06 g
VACSORA	Szalámi (7), margarin (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1), kígyóuborka	Sertéspárizsi, margarin (7), T.k. kenyér (1), paradicsom	Sajt(7),margarin(7) Zsemle (1) zöldpaprika	Löncs felvágott, Vajkrém (7) Zsemle (1) paradicsom	Soproni felv.,margarin (7), t.k.kenyér (1), kígyóuborka	Kenőmájas, Telj. K. kenyér (1), lilahagyma	Főtt bécsi rudacska, ketchup, mustár (10), zsemle (1)
	Energia: 404,64 Kcal / 1 691,40 KJ Fehérje 15,32 g Zsír 24,31 g T.Zsírsvav 9,91 g Szénhidrát 29,26 g Cukor 0,00 g Só 1,61 g	Energia: 398,24 Kcal / 1 664,64 KJ Fehérje 13,70 g Zsír 24,74 g T.Zsírsvav 7,49 g Szénhidrát 29,71 g Cukor 0,00 g Só 2,03 g	Energia: 761,30 Kcal / 3 182,23 KJ Fehérje 12,64 g Zsír 77,14 g T.Zsírsvav 45,86 g Szénhidrát 12,20 g Cukor 0,00 g Só 2,51 g	Energia: 106,26 Kcal / 444,17 KJ Fehérje 6,22 g Zsír 8,62 g T.Zsírsvav 0,48 g Szénhidrát 10,28 g Cukor 0,21 g Só 0,77 g	Energia: 440,04 Kcal / 1 839,37 KJ Fehérje 12,75 g Zsír 30,16 g T.Zsírsvav 9,57 g Szénhidrát 28,87 g Cukor 0,00 g Só 2,04 g	Energia: 280,13 Kcal / 1 170,94 KJ Fehérje 12,28 g Zsír 11,84 g T.Zsírsvav 5,11 g Szénhidrát 30,74 g Cukor 1,50 g Só 1,69 g	Energia: 311,64 Kcal / 1 302,66 KJ Fehérje 17,74 g Zsír 24,92 g T.Zsírsvav 9,24 g Szénhidrát 13,40 g Cukor 3,20 g Só 3,57 g

Az ételiparbiztosítás jogát fenntartjuk.

Allergen összetevők zárójelben az étel mellett vannak feltüntetve, valamint az allergén nyomonkövetés érdekében az ételneveinkben.

1=glutént tartalmazó gabonafélék; 2=rákkfélek; 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