

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

| Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|---|--|--|--|---|
| <p>Citromos tea Szendvicssonka Margarin Teljeskiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek</p> <p>EN:243 ZS:4,2 TZS:1,6 FH:9,2 SZH:40,8 CK:9,6 SO:1,8</p> | <p>Gyümölcs tea (12) Tonhalkrém (4;7;10) Vizes zsemle (1) Lilahagyma</p> <p>EN:311 ZS:12,7 TZS:4,2 FH:10,2 SZH:38,0 CK:8,4 SO:0,6</p> | <p>Gyümölcs tea (12) Magyaros szendvicskrém (7) Teljes kiőrlésű zsemle (1;6)</p> <p>EN:276 ZS:11,4 TZS:6,9 FH:6,1 SZH:38,2 CK:9,3 SO:1,0</p> | <p>Kakaó (7) Margarin Sajtos stangli (1;6;7)</p> <p>EN:318 ZS:9,2 TZS:3,3 FH:14,0 SZH:44,8 CK:19,5 SO:1,1</p> | <p>Citromos tea Sertéspárizsi Margarin Teljeskiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek</p> <p>EN:275 ZS:8,6 TZS:3,2 FH:7,7 SZH:40,4 CK:9,0 SO:1,6</p> |
| <p>Babgulyás (1;3;9) Tejben dara (1;7) Kakaó szórat Félbarna kenyér (1)</p> <p>EN:678 ZS:20,7 TZS:4,8 FH:26,5 SZH:93,5 CK:36,8 SO:1,3</p> | <p>Paradicsomleves (1) Rántott csirkemell (1) Petrezselymes burgonya (12) Csemege uborka (10;12)</p> <p>EN:703 ZS:22,7 TZS:2,5 FH:22,4 SZH:96,9 CK:21,3 SO:3,5</p> | <p>Fahéjas almaleves (1;7) Bácskai rizshús Savanyúság (10)</p> <p>EN:663 ZS:23,8 TZS:6,3 FH:21,6 SZH:89,7 CK:20,1 SO:1,7</p> | <p>Erőleves Levesbetét tészta (1) Parajfőzelék (1;7) Főtt tojás (3) Félbarna kenyér (1)</p> <p>EN:463 ZS:18,0 TZS:3,6 FH:22,9 SZH:49,2 CK:6,9 SO:1,7</p> | <p>Gombakrémleves (1;7) Levesgyöngy (1;3;7) Csikós tokány (1;7) Főtt tészta (1)</p> <p>EN:746 ZS:40,4 TZS:12,6 FH:27,0 SZH:67,3 CK:3,9 SO:2,7</p> |
| <p>Barack lekvár Margarin Vizes zsemle (1)</p> <p>EN:235 ZS:6,2 TZS:0,6 FH:5,1 SZH:38,0 CK:10,2 SO:0,1</p> | <p>Trappista sajt (7) Margarin Teljeskiőrlésű kenyér (1)</p> <p>EN:270 ZS:11,0 TZS:6,2 FH:11,9 SZH:30,0 CK: SO:1,4</p> | <p>Házi szárnyas húskrém (7) Falusi kenyér (1) Kígyóuborka</p> <p>EN:222 ZS:4,5 TZS:1,9 FH:12,6 SZH:32,9 CK:1,1 SO:0,9</p> | <p>Zöldfűszeres vajkrém (7) Teljes kiőrlésű zsemle (1;6) TV paprika</p> <p>EN:214 ZS:7,0 TZS:4,0 FH:7,3 SZH:31,0 CK:1,4 SO:1,0</p> | <p>Kakaós croissant (1;3;6;7)</p> <p>EN:202 ZS:12,6 TZS:6,8 FH:2,7 SZH:18,9 CK:6,8 SO:0,2</p> |

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag). Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

| Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|--|---|---|--|---|
| <p>Citromos tea Szendvicssonka Margarin Teljeskiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek</p> <p>EN:273 ZS:6,8 TZS:2,4 FH:10,7 SZH:41,2 CK:9,8 SO:2,1</p> | <p>Gyümölcs tea (12) Tonhalkrém (4;7;10) Vizes zsemle (1) Lilahagyma</p> <p>EN:497 ZS:18,5 TZS:4,9 FH:16,1 SZH:64,6 CK:8,5 SO:0,7</p> | <p>Gyümölcs tea (12) Magyaros szendvicsskrém (7) Teljes kiőrlésű zsemle (1;6)</p> <p>EN:451 ZS:15,9 TZS:9,2 FH:11,7 SZH:67,1 CK:10,2 SO:1,8</p> | <p>Kakaó (7) Margarin Sajtos stangli (1;6;7)</p> <p>EN:505 ZS:14,9 TZS:6,3 FH:21,0 SZH:61,3 CK:10,9 SO:1,9</p> | <p>Citromos tea Sertéspárizsi Margarin Teljeskiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek</p> <p>EN:316 ZS:12,6 TZS:4,6 FH:8,7 SZH:40,7 CK:9,0 SO:1,9</p> |
| <p>Babgulyás (1;3;9) Tejben dara (1;7) Kakaó szórat Félbarna kenyér (1)</p> <p>EN:678 ZS:20,7 TZS:4,8 FH:26,5 SZH:93,5 CK:36,8 SO:1,5</p> | <p>Paradicsomleves (1) Rántott csirkemell (1) Petrezselymes burgonya (12) Csemege uborka (10;12)</p> <p>EN:723 ZS:22,8 TZS:2,5 FH:23,0 SZH:100,8 CK:21,3 SO:3,6</p> | <p>Fahéjas almaleves (1;7) Bácskai rizshús Savanyúság (10)</p> <p>EN:693 ZS:25,8 TZS:7,0 FH:23,4 SZH:90,8 CK:21,2 SO:1,7</p> | <p>Erőleves Levesbetét tészta (1) Parajfőzelék (1;7) Főtt tojás (3) Félbarna kenyér (1)</p> <p>EN:478 ZS:18,0 TZS:3,7 FH:23,7 SZH:51,8 CK:7,3 SO:1,7</p> | <p>Gombakrémleves (1;7) Levesgyöngy (1;3;7) Csikós tokány (1;7) Főtt tészta (1)</p> <p>EN:823 ZS:43,2 TZS:13,5 FH:30,9 SZH:76,2 CK:4,4 SO:2,9</p> |
| <p>Barack lekvár Margarin Vizes zsemle (1)</p> <p>EN:422 ZS:12,5 TZS:1,2 FH:10,2 SZH:64,5 CK:10,2 SO:0,1</p> | <p>Trappista sajt (7) Margarin Teljeskiőrlésű kenyér (1)</p> <p>EN:323 ZS:15,8 TZS:8,6 FH:14,4 SZH:30,0 CK: SO:1,6</p> | <p>Házi szárnyas húskrém (7) Falusi kenyér (1) Kígyóuborka</p> <p>EN:260 ZS:4,9 TZS:2,0 FH:15,6 SZH:38,3 CK:1,2 SO:1,0</p> | <p>Zöldfűszeres vajkrém (7) Teljes kiőrlésű zsemle (1;6) TV paprika</p> <p>EN:375 ZS:9,9 TZS:5,3 FH:13,2 SZH:59,8 CK:2,2 SO:1,8</p> | <p>Kakaós croissant (1;3;6;7)</p> <p>EN:202 ZS:12,6 TZS:6,8 FH:2,7 SZH:18,9 CK:6,8 SO:0,2</p> |

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: **EN** (számított energia; kcal/adag), **ZS** (zsír; g/adag), **TZS** (telített zsírsav; g/adag), **FH** (fehérje; g/adag), **SZH** (szénhidrát; g/adag), **CK** (cukor; g/adag), **SÓ** (só; g/adag).
Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

| | Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|---------|---|--|---|--|---|
| Tízórai | | | | | |
| Ebéd | Babgulyás (1;3;9) Tejben dara (1;7) Kakaó szórat Félbarna kenyér (1) | Paradicsomleves (1) Rántott csirkemell (1) Petrezselymes burgonya (12) Csemege uborka (10;12) | Fahéjas almaleves (1;7) Bácskai rizshús Savanyúság (10) | Erőleves Levesbetét tészta (1) Parajfőzelék (1;7) Főtt tojás (3) Félbarna kenyér (1) | Gombakrémleves (1;7) Levesgyöngy (1;3;7) Csikós tokány (1;7) Főtt tészta (1) |
| | EN:914 ZS:24,3 TZS:5,8 FH:36,6 SZH:133,7 CK:46,0 SO:1,6 | EN:864 ZS:31,4 TZS:3,4 FH:25,3 SZH:113,7 CK:21,4 SO:3,8 | EN:865 ZS:30,7 TZS:8,5 FH:28,0 SZH:117,8 CK:31,0 SO:2,1 | EN:635 ZS:25,1 TZS:5,8 FH:34,4 SZH:63,2 CK:8,5 SO:2,1 | EN:958 ZS:47,9 TZS:15,2 FH:36,3 SZH:93,7 CK:5,2 SO:3,3 |
| Uzsonna | | | | | |

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számított energia; kcal/adag), **ZS** (zsír; g/adag), **TZS** (telített zsírsav; g/adag), **FH** (fehérje; g/adag), **SZH** (szénhidrát; g/adag), **CK** (cukor; g/adag), **SÓ** (só; g/adag)
 Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
 10 - Mustár; 11 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Érd ISKOLA FELSŐ (8/4 diabétesz 45g)
9. hét 2025.02.24. - 2025.03.02.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

| Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|--|---|--|--|--|
| | | | | |
| Babgulyás (1;3;9) Túrós-tejfölös tészta (1;7) | Paradicsomleves (1) * Roston csirkemell Petrezselymes burgonya 1/2 (12) Csemege uborka (10;12) | Fahéjas almaleves D (1;7) * Bácskai rizseshús 10 dkg Savanyúság (10) | Erőleves Parajfőzelék (1;7) Főtt tojás (3) | Gombakrémleves (1;7) Levesgyöngy (1;3;7) Csikós tokány (1;7) Tészta köret (1) |
| EN:500 ZS:25,6 TZS:8,4 FH:20,6 SZH:44,6 CK:3,8 SO:1,2 | EN:455 ZS:11,9 TZS:1,8 FH:28,1 SZH:53,5 CK:0,7 SO:2,7 | EN:362 ZS:12,2 TZS:3,9 FH:16,5 SZH:43,9 CK:15,3 SO:1,6 | EN:342 ZS:17,5 TZS:3,5 FH:18,6 SZH:23,8 CK:6,3 SO:1,4 | EN:679 ZS:43,5 TZS:13,5 FH:25,6 SZH:45,0 CK:2,9 SO:3,0 |
| | | | | |

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)
Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
10 - Mustár; 11 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszeret tartalmaz.

ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Érd ISKOLA FELSŐ (8/4 diabétesz 45g)
9. hét 2025.02.24. - 2025.03.02.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

| Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|--|---|--|--|--|
| | | | | |
| Babgulyás (1;3;9) Túrós-tejfölös tészta (1;7) | Paradicsomleves (1) * Roston csirkemell Petrezselymes burgonya 1/2 (12) Csemege uborka (10;12) | Fahéjas almaleves D (1;7) * Bácskai rizseshús 10 dkg Savanyúság (10) | Erőleves Parajfőzelék (1;7) Főtt tojás (3) | Gombakrémleves (1;7) Levesgyöngy (1;3;7) Csikós tokány (1;7) Tészta köret (1) |
| EN:500 ZS:25,6 TZS:8,4 FH:20,6 SZH:44,6 CK:3,8 SO:1,2 | EN:455 ZS:11,9 TZS:1,8 FH:28,1 SZH:53,5 CK:0,7 SO:2,7 | EN:362 ZS:12,2 TZS:3,9 FH:16,5 SZH:43,9 CK:15,3 SO:1,6 | EN:342 ZS:17,5 TZS:3,5 FH:18,6 SZH:23,8 CK:6,3 SO:1,4 | EN:679 ZS:43,5 TZS:13,5 FH:25,6 SZH:45,0 CK:2,9 SO:3,0 |
| | | | | |

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)
Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
10 - Mustár; 11 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszeret tartalmaz.

ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Érd ISKOLA FELSŐ (8/1/3 diabétesz 50 ebéd)

9. hét 2025.02.24. - 2025.03.02.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

| Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|--|---|--|--|--|
| | | | | |
| Babgulyás (1;3;9) Túrós-tejfölös tészta (1;7) | Paradicsomleves (1) * Roston csirkemell Petrezselymes burgonya 1/2 (12) Csemege uborka (10;12) | Fahéjas almaleves D (1;7) * Bácskai rizseshús 15 dkg Savanyúság (10) | Erőleves Parajfőzelék (1;7) Főtt tojás (3) teljeskiőrlésű kenyér 2dkg (1) | Gombakrémleves (1;7) Levesgyöngy (1;3;7) Csikós tokány (1;7) Tészta köret (1) |
| EN:500 ZS:25,6 TZS:8,4 FH:20,6 SZH:44,6 CK:3,8 SO:1,2 | EN:455 ZS:11,9 TZS:1,8 FH:28,1 SZH:53,5 CK:0,7 SO:2,7 | EN:418 ZS:11,7 TZS:3,8 FH:16,3 SZH:59,4 CK:15,3 SO:1,6 | EN:394 ZS:17,8 TZS:3,5 FH:20,5 SZH:34,1 CK:6,5 SO:1,4 | EN:690 ZS:43,6 TZS:13,5 FH:26,0 SZH:47,4 CK:3,0 SO:3,0 |
| | | | | |

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számított energia; kcal/adag), **ZS** (zsír; g/adag), **TZS** (telített zsírsav; g/adag), **FH** (fehérje; g/adag), **SZH** (szénhidrát; g/adag), **CK** (cukor; g/adag), **SÓ** (só; g/adag)
 Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
 10 - Mustár; 11 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszeret tartalmaz.

ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Érd ISKOLA FELSŐ (8/6 diabétesz 70g)
9. hét 2025.02.24. - 2025.03.02.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

| Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|--|---|--|--|--|
| | | | | |
| Babgulyás (1;3;9) Túrós-tejfölös tészta (1;7) | Paradicsomleves (1) * Roston csirkemell Petrezselymes burgonya 1/2 (12) Csemege uborka (10;12) | Fahéjas almaleves D (1;7) * Bácskai rizseshús 17 dkg Savanyúság (10) | Erőleves Parajfőzelék (1;7) Főtt tojás (3) teljeskiőrlésű kenyér 2dkg (1) | Gombakrémleves (1;7) Levesgyöngy (1;3;7) Csikós tokány (1;7) Tészta köret (1) |
| EN:500 ZS:25,6 TZS:8,4 FH:20,6 SZH:44,6 CK:3,8 SO:1,2 | EN:455 ZS:11,9 TZS:1,8 FH:28,1 SZH:53,5 CK:0,7 SO:2,7 | EN:480 ZS:12,8 TZS:4,2 FH:21,4 SZH:67,2 CK:15,3 SO:1,6 | EN:394 ZS:17,8 TZS:3,5 FH:20,5 SZH:34,1 CK:6,5 SO:1,4 | EN:760 ZS:43,8 TZS:13,6 FH:28,5 SZH:61,8 CK:3,7 SO:3,1 |
| | | | | |

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)
Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
10 - Mustár; 11 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszeret tartalmaz.

ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Érd ISKOLA FELSŐ (8/6 diabétesz 70g)
9. hét 2025.02.24. - 2025.03.02.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

| Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|--|---|--|--|--|
| | | | | |
| Babgulyás (1;3;9) Túrós-tejfölös tészta (1;7) | Paradicsomleves (1) * Roston csirkemell Petrezselymes burgonya 1/2 (12) Csemege uborka (10;12) | Fahéjas almaleves D (1;7) * Bácskai rizseshús 17 dkg Savanyúság (10) | Erőleves Parajfőzelék (1;7) Főtt tojás (3) teljeskiőrlésű kenyér 2dkg (1) | Gombakrémleves (1;7) Levesgyöngy (1;3;7) Csikós tokány (1;7) Tészta köret (1) |
| EN:500 ZS:25,6 TZS:8,4 FH:20,6 SZH:44,6 CK:3,8 SO:1,2 | EN:455 ZS:11,9 TZS:1,8 FH:28,1 SZH:53,5 CK:0,7 SO:2,7 | EN:480 ZS:12,8 TZS:4,2 FH:21,4 SZH:67,2 CK:15,3 SO:1,6 | EN:394 ZS:17,8 TZS:3,5 FH:20,5 SZH:34,1 CK:6,5 SO:1,4 | EN:760 ZS:43,8 TZS:13,6 FH:28,5 SZH:61,8 CK:3,7 SO:3,1 |
| | | | | |

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)
Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
10 - Mustár; 11 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszeret tartalmaz.

ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Érd ISKOLA FELSŐ (8 diabétesz)
9. hét 2025.02.24. - 2025.03.02.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

| | Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|---------|--|---|--|--|--|
| Tízórai | | | | | |
| Ebéd | Babgulyás (1;3;9) Túrós-tejfölös tészta (1;7) | Paradicsomleves (1) * Roston csirkemell Petrezselymes burgonya 1/2 (12) Csemege uborka (10;12) | Fahéjas almaleves D (1;7) * Bácskai rizseshús 15 dkg Savanyúság (10) | Erőleves Parajfőzelék (1;7) Főtt tojás (3) teljeskiőrlésű kenyér 2dkg (1) | Gombakrémleves (1;7) Levesgyöngy (1;3;7) Csikós tokány (1;7) Tészta köret (1) |
| Uzsonna | | | | | |
| | EN:500 ZS:25,6 TZS:8,4 FH:20,6 SZH:44,6 CK:3,8 SO:1,2 | EN:455 ZS:11,9 TZS:1,8 FH:28,1 SZH:53,5 CK:0,7 SO:2,7 | EN:418 ZS:11,7 TZS:3,8 FH:16,3 SZH:59,4 CK:15,3 SO:1,6 | EN:394 ZS:17,8 TZS:3,5 FH:20,5 SZH:34,1 CK:6,5 SO:1,4 | EN:690 ZS:43,6 TZS:13,5 FH:26,0 SZH:47,4 CK:3,0 SO:3,0 |

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)
Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
10 - Mustár; 11 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

| | Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|---------|--|---|---|--|---|
| Tízórai | | | | | |
| Ebéd | Babgulyás (1;3;9) Tejben dara TM (1) Kakaó szórat | Paradicsomleves (1) Roston csirkemell Petrezselymes burgonya (12) Csemege uborka (10;12) | Fahéjas almaleves (1) Bácskai rizseshús Savanyúság (10) | Erőleves Levesbetét tészta (1) Parajfőzelék (1) Főtt tojás (3) Félbarna kenyér (1) | Gombakrémleves (1;12) Csikós tokány (1) Főtt tészta (1) |
| | EN:710 ZS:21,4 TZS:5,3 FH:16,4 SZH:110,0 CK:58,7 SO:1,2 | EN:606 ZS:15,5 TZS:2,2 FH:29,1 SZH:80,9 CK:20,6 SO:2,6 | EN:688 ZS:24,0 TZS:6,1 FH:23,6 SZH:93,6 CK:13,0 SO:1,4 | EN:482 ZS:17,6 TZS:3,7 FH:21,5 SZH:55,6 CK:8,0 SO:1,7 | EN:756 ZS:35,3 TZS:9,2 FH:29,9 SZH:78,0 CK:3,8 SO:2,7 |
| Uzsonna | | | | | |

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számított energia; kcal/adag), **ZS** (zsír; g/adag), **TZS** (telített zsírsav; g/adag), **FH** (fehérje; g/adag), **SZH** (szénhidrát; g/adag), **CK** (cukor; g/adag), **SÓ** (só; g/adag)
 Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
 10 - Mustár; 11 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

| Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|---|--|---|--|---|
| <p>Gyümölcs tea Csirkemell sonka margarin Gluténmentes kenyér Paprika</p> <p>EN:323 ZS:5,5 TZS:2,1 FH:8,6 SZH:57,6 CK:10,8 SO:2,1</p> | <p>Tej 2dl (7) margarin Gluténmentes kenyér</p> <p>EN:330 ZS:8,1 TZS:2,0 FH:9,6 SZH:53,2 CK:11,9 SO:1,5</p> | <p>Gyümölcs tea Baromfi párizsi margarin Gluténmentes kenyér Kígyóuborka</p> <p>EN:346 ZS:10,3 TZS:3,8 FH:7,3 SZH:54,1 CK:10,9 SO:1,9</p> | <p>Tej 2dl (7) Házi zöldségkrém Gluténmentes kenyér</p> <p>EN:329 ZS:6,2 TZS:1,7 FH:10,2 SZH:56,0 CK:12,9 SO:2,3</p> | <p>Gyümölcs tea Natúr vajkrém (7) Gluténmentes kenyér Paprika</p> <p>EN:300 ZS:5,3 TZS:3,5 FH:4,0 SZH:56,6 CK:10,9 SO:1,4</p> |
| <p>Sertés raguleves (9) Kukoricadarás metélt Házi baracklekvár</p> <p>EN:638 ZS:10,3 TZS:1,6 FH:19,3 SZH:115,4 CK:25,0 SO:2,4</p> | <p>Zöldséges rizsleves (9) Egyben szárnyasvagdalt Paradicsomos káposzta alma</p> <p>EN:538 ZS:10,3 TZS:1,8 FH:19,2 SZH:90,5 CK:17,1 SO:2,5</p> | <p>Gomba krémleves (7;12) Rizseshús (sertés) Csalamádé (10;12)</p> <p>EN:546 ZS:18,0 TZS:4,0 FH:27,3 SZH:66,4 CK:1,8 SO:2,2</p> | <p>Köménymag leves Sertéssült Vegyes gyümölcsmártás (7) Főtt burgonya (12)</p> <p>EN:543 ZS:13,9 TZS:3,7 FH:23,0 SZH:75,4 CK:21,7 SO:3,3</p> | <p>Erőleves levestésztával (9;12) Szárnycsőrű aprópecsenye Zöldborsófőzelék (7)</p> <p>EN:472 ZS:13,2 TZS:2,1 FH:28,1 SZH:55,9 CK:12,2 SO:3,6</p> |
| <p>Petrezselymes túrókrém (7) Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)</p> <p>EN:124 ZS:2,9 TZS:1,7 FH:6,7 SZH:17,1 CK:1,2 SO:0,0</p> | <p>Magyaros vajkrém (7) Abonett</p> <p>EN:69 ZS:3,8 TZS:2,3 FH:1,7 SZH:6,6 CK:0,3 SO:0,2</p> | <p>Kockasajt, natúr (7) Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)</p> <p>EN:146 ZS:6,0 TZS:3,8 FH:4,9 SZH:17,5 CK:0,2 SO:0,5</p> | <p>Házi sertés húskrém Abonett Jégcsapretek</p> <p>EN:110 ZS:6,6 TZS:1,4 FH:5,5 SZH:6,7 CK:0,1 SO:0,2</p> | <p>Fokhagymás felvágott margarin Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)</p> <p>EN:185 ZS:10,8 TZS:4,2 FH:5,2 SZH:16,0 CK:0,2 SO:0,7</p> |

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számított energia; kcal/adag), **ZS** (zsír; g/adag), **TZS** (telített zsírsav; g/adag), **FH** (fehérje; g/adag), **SZH** (szénhidrát; g/adag), **CK** (cukor; g/adag), **SÓ** (só; g/adag)
 Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszeret tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

| Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|---|--|---|--|---|
| <p>Gyümölcs tea Csirkemell sonka margarin Gluténmentes kenyér Paprika</p> <p>EN:323 ZS:5,5 TZS:2,1 FH:8,6 SZH:57,6 CK:10,8 SO:2,1</p> | <p>Tej 2dl (7) margarin Gluténmentes kenyér</p> <p>EN:330 ZS:8,1 TZS:2,0 FH:9,6 SZH:53,2 CK:11,9 SO:1,5</p> | <p>Gyümölcs tea Baromfi párizsi margarin Gluténmentes kenyér Kígyóuborka</p> <p>EN:346 ZS:10,3 TZS:3,8 FH:7,3 SZH:54,1 CK:10,9 SO:1,9</p> | <p>Tej 2dl (7) Házi zöldségkrém Gluténmentes kenyér</p> <p>EN:329 ZS:6,2 TZS:1,7 FH:10,2 SZH:56,0 CK:12,9 SO:2,3</p> | <p>Gyümölcs tea Natúr vajkrém (7) Gluténmentes kenyér Paprika</p> <p>EN:300 ZS:5,3 TZS:3,5 FH:4,0 SZH:56,6 CK:10,9 SO:1,4</p> |
| <p>Sertés raguleves (9) Kukoricadarás metélt Házi baracklekvár</p> <p>EN:638 ZS:10,3 TZS:1,6 FH:19,3 SZH:115,4 CK:25,0 SO:2,4</p> | <p>Zöldséges rizsleves (9) Egyben szárnyasvagdalt Paradicsomos káposzta alma</p> <p>EN:538 ZS:10,3 TZS:1,8 FH:19,2 SZH:90,5 CK:17,1 SO:2,5</p> | <p>Gomba krémleves (7;12) Rizseshús (sertés) Csalamádé (10;12)</p> <p>EN:546 ZS:18,0 TZS:4,0 FH:27,3 SZH:66,4 CK:1,8 SO:2,2</p> | <p>Köménymag leves Sertéssült Vegyes gyümölcsmártás (7) Főtt burgonya (12)</p> <p>EN:543 ZS:13,9 TZS:3,7 FH:23,0 SZH:75,4 CK:21,7 SO:3,3</p> | <p>Erőleves levestésztával (9;12) Szárnycsőrű aprópecsenye Zöldborsófőzelék (7)</p> <p>EN:472 ZS:13,2 TZS:2,1 FH:28,1 SZH:55,9 CK:12,2 SO:3,6</p> |
| <p>Petrezselymes túrókrém (7) Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)</p> <p>EN:124 ZS:2,9 TZS:1,7 FH:6,7 SZH:17,1 CK:1,2 SO:0,0</p> | <p>Magyaros vajkrém (7) Abonett</p> <p>EN:69 ZS:3,8 TZS:2,3 FH:1,7 SZH:6,6 CK:0,3 SO:0,2</p> | <p>Kockasajt, natúr (7) Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)</p> <p>EN:146 ZS:6,0 TZS:3,8 FH:4,9 SZH:17,5 CK:0,2 SO:0,5</p> | <p>Házi sertés húskrém Abonett Jégcsapretek</p> <p>EN:110 ZS:6,6 TZS:1,4 FH:5,5 SZH:6,7 CK:0,1 SO:0,2</p> | <p>Fokhagymás felvágott margarin Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)</p> <p>EN:185 ZS:10,8 TZS:4,2 FH:5,2 SZH:16,0 CK:0,2 SO:0,7</p> |

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számított energia; kcal/adag), **ZS** (zsír; g/adag), **TZS** (telített zsírsav; g/adag), **FH** (fehérje; g/adag), **SZH** (szénhidrát; g/adag), **CK** (cukor; g/adag), **SÓ** (só; g/adag)
 Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszeret tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

| Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|---|--|---|--|---|
| <p>Gyümölcs tea Csirkemell sonka margarin Gluténmentes kenyér Paprika</p> <p>EN:360 ZS:9,0 TZS:2,9 FH:8,6 SZH:58,8 CK:12,1 SO:2,1</p> | <p>Rizs ital margarin Gluténmentes kenyér</p> <p>EN:399 ZS:11,2 TZS:3,2 FH:3,8 SZH:69,2 CK:11,5 SO:1,4</p> | <p>Gyümölcs tea Baromfi párizsi margarin Gluténmentes kenyér Kígyóuborka</p> <p>EN:383 ZS:13,8 TZS:4,6 FH:7,3 SZH:55,4 CK:12,2 SO:1,9</p> | <p>Rizs ital Házi zöldségkrém Gluténmentes kenyér</p> <p>EN:367 ZS:5,8 TZS:2,1 FH:4,4 SZH:72,0 CK:12,5 SO:2,3</p> | <p>Gyümölcs tea Pritaminos margarinkrém Gluténmentes kenyér Paprika</p> <p>EN:384 ZS:13,9 TZS:5,0 FH:4,1 SZH:58,2 CK:11,9 SO:1,4</p> |
| <p>Sertés raguleves (9) Kukoricadarás metélt Házi baracklekvár</p> <p>EN:731 ZS:11,8 TZS:1,9 FH:22,0 SZH:132,5 CK:29,5 SO:2,7</p> | <p>Zöldséges rizsleves (9) Egyben szárnyasvagdalt Paradicsomos káposzta alma</p> <p>EN:529 ZS:11,1 TZS:1,8 FH:19,4 SZH:86,1 CK:18,5 SO:2,8</p> | <p>Gomba krémleves (12) Rizseshús (sertés) Csalamádé (10;12)</p> <p>EN:621 ZS:18,5 TZS:3,0 FH:28,9 SZH:82,6 CK:2,4 SO:2,5</p> | <p>Köménymag leves Sertéssült Vegyes gyümölcsmártás Főtt burgonya (12)</p> <p>EN:585 ZS:13,8 TZS:2,7 FH:24,8 SZH:84,2 CK:26,0 SO:3,6</p> | <p>Erőleves levestésztával (9;12) Szárnys aprópecsenye Zöldborsófőzelék</p> <p>EN:582 ZS:17,3 TZS:2,9 FH:30,2 SZH:70,3 CK:12,8 SO:4,8</p> |
| <p>Petrezselymes margarin Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)</p> <p>EN:183 ZS:12,4 TZS:3,9 FH:1,6 SZH:15,7 CK:0,2 SO:0,1</p> | <p>magyaros margarinkrém Abonett</p> <p>EN:251 ZS:24,3 TZS:7,7 FH:1,5 SZH:6,0 CK:0,1 SO:0,5</p> | <p>Cukkínikrém Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)</p> <p>EN:127 ZS:5,2 TZS:0,6 FH:2,4 SZH:16,8 CK:0,5 SO:0,8</p> | <p>Házi sertés húskrém Abonett Jégcsapretek</p> <p>EN:117 ZS:6,9 TZS:1,5 FH:6,1 SZH:7,0 CK:0,1 SO:0,2</p> | <p>Fokhagymás felvágott margarin Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)</p> <p>EN:216 ZS:14,3 TZS:5,0 FH:5,2 SZH:16,0 CK:0,2 SO:0,7</p> |

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számított energia; kcal/adag), **ZS** (zsír; g/adag), **TZS** (telített zsírsav; g/adag), **FH** (fehérje; g/adag), **SZH** (szénhidrát; g/adag), **CK** (cukor; g/adag), **SÓ** (só; g/adag)
 Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszeret tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

| Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|--|--|---|--|--|
| <p>Gyümölcs tea Csirkemell sonka margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paprika</p> <p>EN:382 ZS:5,1 TZS:1,0 FH:15,3 SZH:66,1 CK:9,8 SO:0,8</p> | <p>Rizs ital margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p>EN:426 ZS:7,3 TZS:1,3 FH:10,6 SZH:77,7 CK:10,5 SO:0,2</p> | <p>Gyümölcs tea Baromfi párizsi margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka</p> <p>EN:405 ZS:9,9 TZS:2,7 FH:14,1 SZH:62,6 CK:9,9 SO:0,6</p> | <p>Rizs ital Házi zöldségkrém Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p>EN:425 ZS:5,3 TZS:1,0 FH:11,2 SZH:80,5 CK:11,5 SO:1,0</p> | <p>Gyümölcs tea Pritaminos margarinkrém Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paprika</p> <p>EN:437 ZS:13,4 TZS:3,9 FH:10,9 SZH:65,4 CK:9,7 SO:0,1</p> |
| <p>Sertés raguleves (1;9) Darás metélt (1) Házi baracklekvár</p> <p>EN:663 ZS:12,8 TZS:2,3 FH:25,4 SZH:109,3 CK:28,1 SO:2,4</p> | <p>Zöldséges rizsleves (9) Egyben szárnyasvagdalt Paradicsomos káposzta (1) alma</p> <p>EN:464 ZS:10,3 TZS:1,8 FH:18,9 SZH:72,6 CK:11,3 SO:2,4</p> | <p>Gomba krémleves (1;12) Rizseshús (sertés) Csalamádé (10;12)</p> <p>EN:551 ZS:16,2 TZS:2,7 FH:27,3 SZH:71,8 CK:2,1 SO:2,2</p> | <p>Köménymag leves (1) Sertéssült Vegyes gyümölcsmártás (1) Főtt burgonya (12)</p> <p>EN:509 ZS:12,2 TZS:2,4 FH:22,2 SZH:71,6 CK:21,7 SO:3,3</p> | <p>Erőleves levestésztával (1;9;12) Szárnycsőrű aprópecsenye Zöldborsófőzelék (1)</p> <p>EN:460 ZS:16,0 TZS:2,7 FH:27,3 SZH:47,5 CK:7,7 SO:3,3</p> |
| <p>Petrezselymes margarin vizes zsemle (1)</p> <p>EN:247 ZS:12,6 TZS:3,8 FH:4,4 SZH:28,2 CK:0,8 SO:0,1</p> | <p>magyaros margarinkrém vizes kifli (1)</p> <p>EN:301 ZS:18,6 TZS:5,7 FH:4,4 SZH:28,2 CK:0,8 SO:0,4</p> | <p>Cukkínikrém vizes zsemle (1)</p> <p>EN:191 ZS:5,4 TZS:0,6 FH:5,2 SZH:29,3 CK:1,2 SO:0,8</p> | <p>Házi sertés húskrém vizes kifli (1) Jégcsapretek</p> <p>EN:215 ZS:6,9 TZS:1,4 FH:8,3 SZH:28,9 CK:0,9 SO:0,1</p> | <p>Fokhagymás felvágott margarin vizes zsemle (1)</p> <p>EN:249 ZS:11,0 TZS:4,1 FH:8,0 SZH:28,5 CK:0,8 SO:0,7</p> |

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számított energia; kcal/adag), **ZS** (zsír; g/adag), **TZS** (telített zsírsav; g/adag), **FH** (fehérje; g/adag), **SZH** (szénhidrát; g/adag), **CK** (cukor; g/adag), **SÓ** (só; g/adag)
 Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszeret tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

| Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|---|--|---|--|---|
| <p>Gyümölcs tea Csirkemell sonka margarin Gluténmentes kenyér Paprika</p> <p>EN:323 ZS:5,5 TZS:2,1 FH:8,6 SZH:57,6 CK:10,8 SO:2,1</p> | <p>Tej 2dl (7) margarin Gluténmentes kenyér</p> <p>EN:330 ZS:8,1 TZS:2,0 FH:9,6 SZH:53,2 CK:11,9 SO:1,5</p> | <p>Gyümölcs tea Baromfi párizsi margarin Gluténmentes kenyér Kígyóuborka</p> <p>EN:346 ZS:10,3 TZS:3,8 FH:7,3 SZH:54,1 CK:10,9 SO:1,9</p> | <p>Tej 2dl (7) Házi zöldségkrém Gluténmentes kenyér</p> <p>EN:329 ZS:6,2 TZS:1,7 FH:10,2 SZH:56,0 CK:12,9 SO:2,3</p> | <p>Gyümölcs tea Natúr vajkrém (7) Gluténmentes kenyér Paprika</p> <p>EN:300 ZS:5,3 TZS:3,5 FH:4,0 SZH:56,6 CK:10,9 SO:1,4</p> |
| <p>Sertés raguleves (9) Kukoricadarás metélt Házi baracklekvár</p> <p>EN:629 ZS:10,1 TZS:1,6 FH:19,1 SZH:113,3 CK:23,0 SO:2,4</p> | <p>Zöldséges rizsleves (9) Egyben szárnyasvagdalt Paradicsomos káposzta alma</p> <p>EN:538 ZS:10,3 TZS:1,8 FH:19,2 SZH:90,5 CK:17,1 SO:2,5</p> | <p>Gomba krémleves (7;12) Rizseshús (sertés) Csalamádé (10;12)</p> <p>EN:546 ZS:18,0 TZS:4,0 FH:27,3 SZH:66,4 CK:1,8 SO:2,2</p> | <p>Köménymag leves Sertéssült Vegyes gyümölcsmártás (7) Főtt burgonya (12)</p> <p>EN:543 ZS:13,9 TZS:3,7 FH:23,0 SZH:75,4 CK:21,7 SO:3,3</p> | <p>Erőleves levestésztával (9;12) Szárnycsőrű aprópecsenye Zöldborsófőzelék (7)</p> <p>EN:472 ZS:13,2 TZS:2,1 FH:28,1 SZH:55,9 CK:12,2 SO:3,6</p> |
| <p>Petrezselymes túrókrém (7) Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)</p> <p>EN:124 ZS:2,9 TZS:1,7 FH:6,7 SZH:17,1 CK:1,2 SO:0,0</p> | <p>Magyaros vajkrém (7) Abonett</p> <p>EN:69 ZS:3,8 TZS:2,3 FH:1,7 SZH:6,6 CK:0,3 SO:0,2</p> | <p>Kockasajt, natúr (7) Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)</p> <p>EN:146 ZS:6,0 TZS:3,8 FH:4,9 SZH:17,5 CK:0,2 SO:0,5</p> | <p>Házi sertés húskrém Abonett Jégcsapretek</p> <p>EN:110 ZS:6,6 TZS:1,4 FH:5,5 SZH:6,7 CK:0,1 SO:0,2</p> | <p>Fokhagymás felvágott margarin Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)</p> <p>EN:185 ZS:10,8 TZS:4,2 FH:5,2 SZH:16,0 CK:0,2 SO:0,7</p> |

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számított energia; kcal/adag), **ZS** (zsír; g/adag), **TZS** (telített zsírsav; g/adag), **FH** (fehérje; g/adag), **SZH** (szénhidrát; g/adag), **CK** (cukor; g/adag), **SÓ** (só; g/adag)
 Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszeret tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

| Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|---|--|---|--|---|
| <p>Gyümölcs tea Csirkemell sonka margarin Gluténmentes kenyér Paprika</p> <p>EN:323 ZS:5,5 TZS:2,1 FH:8,6 SZH:57,6 CK:10,8 SO:2,1</p> | <p>Rizs ital margarin Gluténmentes kenyér</p> <p>EN:368 ZS:7,7 TZS:2,4 FH:3,8 SZH:69,2 CK:11,5 SO:1,4</p> | <p>Gyümölcs tea Baromfi párizsi margarin Gluténmentes kenyér Kígyóuborka</p> <p>EN:346 ZS:10,3 TZS:3,8 FH:7,3 SZH:54,1 CK:10,9 SO:1,9</p> | <p>Rizs ital Házi zöldségkrém Gluténmentes kenyér</p> <p>EN:367 ZS:5,8 TZS:2,1 FH:4,4 SZH:72,0 CK:12,5 SO:2,3</p> | <p>Gyümölcs tea Pritaminos margarinkrém Gluténmentes kenyér Paprika</p> <p>EN:379 ZS:13,9 TZS:5,0 FH:4,1 SZH:56,9 CK:10,6 SO:1,4</p> |
| <p>Sertés raguleves (9) Kukoricadarás metélt Házi baracklekvár</p> <p>EN:638 ZS:10,3 TZS:1,6 FH:19,3 SZH:115,4 CK:25,0 SO:2,4</p> | <p>Zöldséges rizsleves (9) Egyben szárnyasvagdalt Paradicsomos káposzta alma</p> <p>EN:538 ZS:10,3 TZS:1,8 FH:19,2 SZH:90,5 CK:17,1 SO:2,5</p> | <p>Gomba krémleves (12) Rizseshús (sertés) Csalamádé (10;12)</p> <p>EN:551 ZS:16,2 TZS:2,7 FH:27,1 SZH:72,3 CK:2,1 SO:2,2</p> | <p>Köménymag leves Sertéssült Vegyes gyümölcsmártás Főtt burgonya (12)</p> <p>EN:542 ZS:12,2 TZS:2,4 FH:22,6 SZH:79,4 CK:22,8 SO:3,3</p> | <p>Erőleves levestésztával (9;12) Szárnys aprópecsenye Zöldborsófőzelék</p> <p>EN:521 ZS:15,8 TZS:2,6 FH:26,5 SZH:62,9 CK:11,5 SO:3,6</p> |
| <p>Petrezselymes margarin Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)</p> <p>EN:183 ZS:12,4 TZS:3,9 FH:1,6 SZH:15,7 CK:0,2 SO:0,1</p> | <p>magyaros margarinkrém Abonett</p> <p>EN:197 ZS:18,3 TZS:5,8 FH:1,5 SZH:6,0 CK:0,1 SO:0,4</p> | <p>Cukkínikrém Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)</p> <p>EN:127 ZS:5,2 TZS:0,6 FH:2,4 SZH:16,8 CK:0,5 SO:0,8</p> | <p>Házi sertés húskrém Abonett Jégcsapretek</p> <p>EN:110 ZS:6,6 TZS:1,4 FH:5,5 SZH:6,7 CK:0,1 SO:0,2</p> | <p>Fokhagymás felvágott margarin Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)</p> <p>EN:185 ZS:10,8 TZS:4,2 FH:5,2 SZH:16,0 CK:0,2 SO:0,7</p> |

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számított energia; kcal/adag), **ZS** (zsír; g/adag), **TZS** (telített zsírsav; g/adag), **FH** (fehérje; g/adag), **SZH** (szénhidrát; g/adag), **CK** (cukor; g/adag), **SÓ** (só; g/adag)
 Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszeret tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

| Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|---|--|---|--|---|
| <p>Gyümölcs tea Csirkemell sonka margarin Gluténmentes kenyér Paprika</p> <p>EN:323 ZS:5,5 TZS:2,1 FH:8,6 SZH:57,6 CK:10,8 SO:2,1</p> | <p>Tej 2dl (7) margarin Gluténmentes kenyér</p> <p>EN:330 ZS:8,1 TZS:2,0 FH:9,6 SZH:53,2 CK:11,9 SO:1,5</p> | <p>Gyümölcs tea Baromfi párizsi margarin Gluténmentes kenyér Kígyóuborka</p> <p>EN:346 ZS:10,3 TZS:3,8 FH:7,3 SZH:54,1 CK:10,9 SO:1,9</p> | <p>Tej 2dl (7) Házi zöldségkrém Gluténmentes kenyér</p> <p>EN:329 ZS:6,2 TZS:1,7 FH:10,2 SZH:56,0 CK:12,9 SO:2,3</p> | <p>Gyümölcs tea Natúr vajkrém (7) Gluténmentes kenyér Paprika</p> <p>EN:300 ZS:5,3 TZS:3,5 FH:4,0 SZH:56,6 CK:10,9 SO:1,4</p> |
| <p>Sertés raguleves (9) Kukoricadarás metélt Házi baracklekvár</p> <p>EN:629 ZS:10,1 TZS:1,6 FH:19,1 SZH:113,3 CK:23,0 SO:2,4</p> | <p>Zöldséges rizsleves (9) Egyben szárnyasvagdalt Paradicsomos káposzta alma</p> <p>EN:538 ZS:10,3 TZS:1,8 FH:19,2 SZH:90,5 CK:17,1 SO:2,5</p> | <p>Gomba krémleves (7;12) Rizseshús (sertés) Csalamádé (10;12)</p> <p>EN:546 ZS:18,0 TZS:4,0 FH:27,3 SZH:66,4 CK:1,8 SO:2,2</p> | <p>Köménymag leves Sertéssült Vegyes gyümölcsmártás (7) Főtt burgonya (12)</p> <p>EN:543 ZS:13,9 TZS:3,7 FH:23,0 SZH:75,4 CK:21,7 SO:3,3</p> | <p>Erőleves levestésztával (9;12) Szárnycsőrű aprópecsenye Zöldborsófőzelék (7)</p> <p>EN:472 ZS:13,2 TZS:2,1 FH:28,1 SZH:55,9 CK:12,2 SO:3,6</p> |
| <p>Petrezselymes túrókrém (7) Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)</p> <p>EN:124 ZS:2,9 TZS:1,7 FH:6,7 SZH:17,1 CK:1,2 SO:0,0</p> | <p>Magyaros vajkrém (7) Abonett</p> <p>EN:69 ZS:3,8 TZS:2,3 FH:1,7 SZH:6,6 CK:0,3 SO:0,2</p> | <p>Kockasajt, natúr (7) Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)</p> <p>EN:146 ZS:6,0 TZS:3,8 FH:4,9 SZH:17,5 CK:0,2 SO:0,5</p> | <p>Házi sertés húskrém Abonett Jégcsapretek</p> <p>EN:110 ZS:6,6 TZS:1,4 FH:5,5 SZH:6,7 CK:0,1 SO:0,2</p> | <p>Fokhagymás felvágott margarin Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)</p> <p>EN:185 ZS:10,8 TZS:4,2 FH:5,2 SZH:16,0 CK:0,2 SO:0,7</p> |

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számított energia; kcal/adag), **ZS** (zsír; g/adag), **TZS** (telített zsírsav; g/adag), **FH** (fehérje; g/adag), **SZH** (szénhidrát; g/adag), **CK** (cukor; g/adag), **SÓ** (só; g/adag)
 Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

| Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|---|--|---|--|---|
| <p>Gyümölcs tea Csirkemell sonka margarin Gluténmentes kenyér Paprika</p> <p>EN:323 ZS:5,5 TZS:2,1 FH:8,6 SZH:57,6 CK:10,8 SO:2,1</p> | <p>Tej 2dl (7) margarin Gluténmentes kenyér</p> <p>EN:330 ZS:8,1 TZS:2,0 FH:9,6 SZH:53,2 CK:11,9 SO:1,5</p> | <p>Gyümölcs tea Baromfi párizsi margarin Gluténmentes kenyér Kígyóuborka</p> <p>EN:346 ZS:10,3 TZS:3,8 FH:7,3 SZH:54,1 CK:10,9 SO:1,9</p> | <p>Tej 2dl (7) Házi zöldségkrém Gluténmentes kenyér</p> <p>EN:329 ZS:6,2 TZS:1,7 FH:10,2 SZH:56,0 CK:12,9 SO:2,3</p> | <p>Gyümölcs tea Natúr vajkrém (7) Gluténmentes kenyér Paprika</p> <p>EN:300 ZS:5,3 TZS:3,5 FH:4,0 SZH:56,6 CK:10,9 SO:1,4</p> |
| <p>Sertés raguleves (9) Kukoricadarás metélt Házi baracklekvár</p> <p>EN:638 ZS:10,3 TZS:1,6 FH:19,3 SZH:115,4 CK:25,0 SO:2,4</p> | <p>Zöldséges rizsleves (9) Egyben szárnyasvagdalt Paradicsomos káposzta alma</p> <p>EN:538 ZS:10,3 TZS:1,8 FH:19,2 SZH:90,5 CK:17,1 SO:2,5</p> | <p>Gomba krémleves (7;12) Rizseshús (sertés) Csalamádé (10;12)</p> <p>EN:546 ZS:18,0 TZS:4,0 FH:27,3 SZH:66,4 CK:1,8 SO:2,2</p> | <p>Köménymag leves Sertéssült Vegyes gyümölcsmártás (7) Főtt burgonya (12)</p> <p>EN:543 ZS:13,9 TZS:3,7 FH:23,0 SZH:75,4 CK:21,7 SO:3,3</p> | <p>Erőleves levestésztával (9;12) Szárnycsőrű aprópecsenye Zöldborsófőzelék (7)</p> <p>EN:472 ZS:13,2 TZS:2,1 FH:28,1 SZH:55,9 CK:12,2 SO:3,6</p> |
| <p>Petrezselymes túrókrém (7) Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)</p> <p>EN:124 ZS:2,9 TZS:1,7 FH:6,7 SZH:17,1 CK:1,2 SO:0,0</p> | <p>Magyaros vajkrém (7) Abonett</p> <p>EN:69 ZS:3,8 TZS:2,3 FH:1,7 SZH:6,6 CK:0,3 SO:0,2</p> | <p>Kockasajt, natúr (7) Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)</p> <p>EN:146 ZS:6,0 TZS:3,8 FH:4,9 SZH:17,5 CK:0,2 SO:0,5</p> | <p>Házi sertés húskrém Abonett Jégcsapretek</p> <p>EN:110 ZS:6,6 TZS:1,4 FH:5,5 SZH:6,7 CK:0,1 SO:0,2</p> | <p>Fokhagymás felvágott margarin Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)</p> <p>EN:185 ZS:10,8 TZS:4,2 FH:5,2 SZH:16,0 CK:0,2 SO:0,7</p> |

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számított energia; kcal/adag), **ZS** (zsír; g/adag), **TZS** (telített zsírsav; g/adag), **FH** (fehérje; g/adag), **SZH** (szénhidrát; g/adag), **CK** (cukor; g/adag), **SÓ** (só; g/adag)
 Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszeret tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

| Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|---|--|---|--|---|
| <p>Gyümölcs tea Csirkemell sonka margarin Gluténmentes kenyér Paprika</p> <p>EN:360 ZS:9,0 TZS:2,9 FH:8,6 SZH:58,8 CK:12,1 SO:2,1</p> | <p>Tej 2dl (7) margarin Gluténmentes kenyér</p> <p>EN:361 ZS:11,6 TZS:2,8 FH:9,6 SZH:53,2 CK:11,9 SO:1,5</p> | <p>Gyümölcs tea Baromfi párizsi margarin Gluténmentes kenyér Kígyóuborka</p> <p>EN:383 ZS:13,8 TZS:4,6 FH:7,3 SZH:55,4 CK:12,2 SO:1,9</p> | <p>Tej 2dl (7) Házi zöldségkrém Gluténmentes kenyér</p> <p>EN:329 ZS:6,2 TZS:1,7 FH:10,2 SZH:56,0 CK:12,9 SO:2,3</p> | <p>Gyümölcs tea Natúr vajkrém (7) Gluténmentes kenyér Paprika</p> <p>EN:305 ZS:5,3 TZS:3,5 FH:4,0 SZH:57,9 CK:12,1 SO:1,4</p> |
| <p>Sertés raguleves (9) Kukoricadarás metélt Házi baracklekvár</p> <p>EN:731 ZS:11,8 TZS:1,9 FH:22,0 SZH:132,5 CK:29,5 SO:2,7</p> | <p>Zöldséges rizsleves (9) Egyben szárnyasvagdalt Paradicsomos káposzta alma</p> <p>EN:529 ZS:11,1 TZS:1,8 FH:19,4 SZH:86,1 CK:18,5 SO:2,8</p> | <p>Gomba krémleves (7;12) Rizseshús (sertés) Csalamádé (10;12)</p> <p>EN:615 ZS:20,6 TZS:4,5 FH:29,1 SZH:75,9 CK:2,1 SO:2,5</p> | <p>Köménymag leves Sertéssült Vegyes gyümölcsmártás (7) Főtt burgonya (12)</p> <p>EN:586 ZS:15,7 TZS:4,1 FH:25,2 SZH:79,6 CK:24,7 SO:3,6</p> | <p>Erőleves levestésztával (9;12) Szárnycsőrű aprópecsenye Zöldborsófőzelék (7)</p> <p>EN:502 ZS:13,8 TZS:2,3 FH:30,6 SZH:59,6 CK:12,4 SO:4,8</p> |
| <p>Petrezselymes túrókrém (7) Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)</p> <p>EN:124 ZS:2,9 TZS:1,7 FH:6,7 SZH:17,1 CK:1,2 SO:0,0</p> | <p>Magyaros vajkrém (7) Abonett</p> <p>EN:104 ZS:7,3 TZS:4,6 FH:2,0 SZH:7,2 CK:0,6 SO:0,3</p> | <p>Kockasajt, natúr (7) Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)</p> <p>EN:146 ZS:6,0 TZS:3,8 FH:4,9 SZH:17,5 CK:0,2 SO:0,5</p> | <p>Házi sertés húskrém Abonett Jégcsapretek</p> <p>EN:117 ZS:6,9 TZS:1,5 FH:6,1 SZH:7,0 CK:0,1 SO:0,2</p> | <p>Fokhagymás felvágott margarin Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)</p> <p>EN:216 ZS:14,3 TZS:5,0 FH:5,2 SZH:16,0 CK:0,2 SO:0,7</p> |

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számított energia; kcal/adag), **ZS** (zsír; g/adag), **TZS** (telített zsírsav; g/adag), **FH** (fehérje; g/adag), **SZH** (szénhidrát; g/adag), **CK** (cukor; g/adag), **SÓ** (só; g/adag)
 Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszeret tartalmaz.

ÉTLAP

info@gasztvital.hu
gasztvital.hu

Érd ISKOLA ALSÓ (8/1/11 20-40-20)

9. hét 2025.02.24. - 2025.03.02.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

| Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|--|---|--|---|--|
| | | | | |
| Babgulyás (1;3;9) Túrós-tejfölös tészta (1;7) | Paradicsomleves (1) * Roston csirkemell Petrezselymes burgonya (12) Csemege uborka (10;12) | Fahéjas almaleves D (1;7) * Bácskai rizseshús 10 dkg Savanyúság (10) | Erőleves Parajfőzelék (1;7) Főtt tojás (3) teljeskiőrlésű kenyér (1) | GombakréMLEVES (1;7) Levesgyöngy (1;3;7) Csikós tokány (1;7) Tészta köret (1) |
| EN:472 ZS:24,5 TZS:7,7 FH:19,9 SZH:40,9 CK:3,5 SO:1,0 | EN:374 ZS:12,2 TZS:1,8 FH:23,9 SZH:38,6 CK:0,6 SO:2,8 | EN:344 ZS:11,7 TZS:3,6 FH:16,2 SZH:41,2 CK:13,5 SO:1,6 | EN:413 ZS:17,9 TZS:3,6 FH:21,0 SZH:38,1 CK:6,2 SO:1,4 | EN:641 ZS:40,0 TZS:12,4 FH:23,4 SZH:45,7 CK:2,9 SO:2,8 |
| | | | | |

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)
Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
10 - Mustár; 11 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

| Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|--|--|---|--|--|
| <p>Citromos tea Csirkemellsonka Margarin Teljeskiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek</p> <p>EN:238 ZS:4,0 TZS:1,3 FH:9,2 SZH:40,3 CK:9,1 SO:1,6</p> | <p>Gyümölcs tea (12) Tonhalkrém (4;7;10) Vizes zsemle (1) Lilahagyma</p> <p>EN:311 ZS:12,7 TZS:4,2 FH:10,2 SZH:38,0 CK:8,4 SO:0,6</p> | <p>Gyümölcs tea (12) Magyaros szendvicsskrém (7) Teljes kiőrlésű zsemle (1;6)</p> <p>EN:276 ZS:11,4 TZS:6,9 FH:6,1 SZH:38,2 CK:9,3 SO:1,0</p> | <p>Kakaós rizsital Margarin Falusi kenyér (1)</p> <p>EN:316 ZS:5,0 TZS:1,2 FH:6,9 SZH:60,5 CK:20,1 SO:0,7</p> | <p>Citromos tea Sertéspárizsi Margarin Teljeskiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek</p> <p>EN:275 ZS:8,6 TZS:3,2 FH:7,7 SZH:40,4 CK:9,0 SO:1,6</p> |
| <p>Csirke raguleves (1;9) Tejben dara (1;7) Kakaó szórat</p> <p>EN:457 ZS:9,1 TZS:1,8 FH:22,7 SZH:68,4 CK:35,2 SO:0,9</p> | <p>Paradicsomleves (1) Rántott csirkemell (1) Petrezselymes burgonya (12) Csemege uborka (10;12)</p> <p>EN:703 ZS:22,7 TZS:2,5 FH:22,4 SZH:96,9 CK:21,3 SO:3,5</p> | <p>Fahéjas almaleves (1;7) Bácskai rizshús Savanyúság (10)</p> <p>EN:581 ZS:13,9 TZS:2,9 FH:23,2 SZH:89,7 CK:20,1 SO:1,7</p> | <p>Erőleves Levesbetét tészta (1) Parajfőzelék (1;7) Főtt tojás (3) Félbarna kenyér (1)</p> <p>EN:463 ZS:18,0 TZS:3,6 FH:22,9 SZH:49,2 CK:6,9 SO:1,7</p> | <p>Gombakrémleves (1;7) Levesgyöngy (1;3;7) Csikós tokány (1;7) Főtt tészta (1)</p> <p>EN:616 ZS:25,4 TZS:6,8 FH:27,3 SZH:67,3 CK:3,9 SO:2,5</p> |
| <p>Barack lekvár Margarin Vizes zsemle (1)</p> <p>EN:235 ZS:6,2 TZS:0,6 FH:5,1 SZH:38,0 CK:10,2 SO:0,1</p> | <p>Trappista sajt (7) Margarin Teljeskiőrlésű kenyér (1)</p> <p>EN:270 ZS:11,0 TZS:6,2 FH:11,9 SZH:30,0 CK: SO:1,4</p> | <p>Házi szárnyas húskrém (7) Falusi kenyér (1) Kígyóuborka</p> <p>EN:222 ZS:4,5 TZS:1,9 FH:12,6 SZH:32,9 CK:1,1 SO:0,9</p> | <p>Zöldfűszeres vajkrém (7) Teljes kiőrlésű zsemle (1;6) TV paprika</p> <p>EN:214 ZS:7,0 TZS:4,0 FH:7,3 SZH:31,0 CK:1,4 SO:1,0</p> | <p>Kakaós croissant (1;3;6;7)</p> <p>EN:202 ZS:12,6 TZS:6,8 FH:2,7 SZH:18,9 CK:6,8 SO:0,2</p> |

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számított energia; kcal/adag), **ZS** (zsír; g/adag), **TZS** (telített zsírsav; g/adag), **FH** (fehérje; g/adag), **SZH** (szénhidrát; g/adag), **CK** (cukor; g/adag), **SÓ** (só; g/adag)
 Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

| Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|--|---|---|--|--|
| <p>Citromos tea Szendvicssonka Bebo margarin Teljeskiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek</p> <p>EN:256 ZS:5,8 TZS:1,8 FH:9,2 SZH:40,8 CK:9,6 SO:1,7</p> | <p>Gyümölcs tea (12) Tonhalkrém (4;10) Vizes zsemle (1) Lilahagyma</p> <p>EN:364 ZS:19,0 TZS:4,1 FH:10,0 SZH:37,0 CK:8,1 SO:0,3</p> | <p>Gyümölcs tea (12) Magyaros margarinkrém Teljes kiőrlésű zsemle (1;6)</p> <p>EN:334 ZS:18,9 TZS:5,8 FH:5,4 SZH:36,4 CK:8,6 SO:1,1</p> | <p>Kakaós rizsital Bebo margarin Falusi kenyér (1)</p> <p>EN:330 ZS:6,5 TZS:1,4 FH:6,9 SZH:60,5 CK:20,1 SO:0,6</p> | <p>Citromos tea Sertéspárizsi Bebo margarin Teljeskiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek</p> <p>EN:288 ZS:10,1 TZS:3,4 FH:7,7 SZH:40,4 CK:9,0 SO:1,5</p> |
| <p>Babgulyás (1;3;9) Tejben dara TM (1) Kakaó szórat</p> <p>EN:664 ZS:20,9 TZS:5,2 FH:16,0 SZH:100,0 CK:53,4 SO:1,0</p> | <p>Paradicsomleves (1) Roston csirkemell Petrezselymes burgonya (12) Csemege uborka (10;12)</p> <p>EN:575 ZS:15,2 TZS:2,1 FH:26,4 SZH:77,1 CK:20,6 SO:2,3</p> | <p>Fahéjas almaleves (1) Bácskai rizseshús Savanyúság (10)</p> <p>EN:649 ZS:21,9 TZS:5,4 FH:21,6 SZH:90,5 CK:11,6 SO:1,4</p> | <p>Erőleves Levesbetét tészta (1) Parajfőzelék (1) Főtt tojás (3) Félbarna kenyér (1)</p> <p>EN:467 ZS:17,6 TZS:3,7 FH:20,8 SZH:53,0 CK:7,6 SO:1,7</p> | <p>Gombakrémleves (1;12) Csikós tokány (1) Főtt tészta (1)</p> <p>EN:678 ZS:32,8 TZS:8,4 FH:26,0 SZH:68,3 CK:3,3 SO:2,6</p> |
| <p>Barack lekvár Bebo margarin Vizes zsemle (1)</p> <p>EN:249 ZS:7,8 TZS:0,8 FH:5,1 SZH:38,0 CK:10,2 SO:</p> | <p>Csirkemellsonka Bebo margarin Teljeskiőrlésű kenyér (1)</p> <p>EN:211 ZS:5,4 TZS:1,5 FH:8,9 SZH:30,6 CK:0,1 SO:1,6</p> | <p>Házi szárnyaskrém Falusi kenyér (1) Kígyóuborka</p> <p>EN:189 ZS:1,6 TZS:0,5 FH:10,3 SZH:33,0 CK:1,1 SO:0,5</p> | <p>Zöldfűszeres margarin Teljes kiőrlésű zsemle (1;6) TV paprika</p> <p>EN:203 ZS:7,0 TZS:2,0 FH:5,8 SZH:29,8 CK:0,6 SO:0,7</p> | <p>Méz Bebo margarin Falusi kenyér (1)</p> <p>EN:204 ZS:4,1 TZS:1,0 FH:6,0 SZH:36,3 CK:5,2 SO:0,4</p> |

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számított energia; kcal/adag), **ZS** (zsír; g/adag), **TZS** (telített zsírsav; g/adag), **FH** (fehérje; g/adag), **SZH** (szénhidrát; g/adag), **CK** (cukor; g/adag), **SÓ** (só; g/adag)
 Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
 10 - Mustár; 11 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

| Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|--|---|---|---|--|
| <p>Citromos tea Szendvicssonka Bebo margarin Teljeskiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek</p> <p>EN:256 ZS:5,8 TZS:1,8 FH:9,2 SZH:40,8 CK:9,6 SO:1,7</p> | <p>Gyümölcs tea (12) Tonhalkrém (4;10) Vizes zsemle (1) Lilahagyma</p> <p>EN:364 ZS:19,0 TZS:4,1 FH:10,0 SZH:37,0 CK:8,1 SO:0,3</p> | <p>Gyümölcs tea (12) Magyaros margarinkrém Teljes kiőrlésű zsemle (1;6)</p> <p>EN:334 ZS:18,9 TZS:5,8 FH:5,4 SZH:36,4 CK:8,6 SO:1,1</p> | <p>Kakaós rizsital Bebo margarin Falusi kenyér (1)</p> <p>EN:330 ZS:6,5 TZS:1,4 FH:6,9 SZH:60,5 CK:20,1 SO:0,6</p> | <p>Citromos tea Sertéspárizsi Bebo margarin Teljeskiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek</p> <p>EN:288 ZS:10,1 TZS:3,4 FH:7,7 SZH:40,4 CK:9,0 SO:1,5</p> |
| <p>Csirke raguleves (1;9) Tejben dara TM (1) Kakaó szórat</p> <p>EN:549 ZS:9,6 TZS:2,3 FH:16,2 SZH:96,4 CK:52,5 SO:0,8</p> | <p>Paradicsomleves (1) Roston csirkemell Petrezselymes burgonya (12) Csemege uborka (10;12)</p> <p>EN:575 ZS:15,2 TZS:2,1 FH:26,4 SZH:77,1 CK:20,6 SO:2,3</p> | <p>Fahéjas almaleves (1) Bácskai rizseshús Savanyúság (10)</p> <p>EN:649 ZS:21,9 TZS:5,4 FH:21,6 SZH:90,5 CK:11,6 SO:1,4</p> | <p>Erőleves Levesbetét tészta (1) Parajfőzelék (1) Főtt virsli Félbarna kenyér (1)</p> <p>EN:492 ZS:20,3 TZS:5,8 FH:19,8 SZH:54,4 CK:7,6 SO:2,7</p> | <p>Gombakrémleves (1;12) Csikós tokány (1) Főtt tészta (1)</p> <p>EN:678 ZS:32,8 TZS:8,4 FH:26,0 SZH:68,3 CK:3,3 SO:2,6</p> |
| <p>Barack lekvár Bebo margarin Vizes zsemle (1)</p> <p>EN:249 ZS:7,8 TZS:0,8 FH:5,1 SZH:38,0 CK:10,2 SO:</p> | <p>Csirkemellsonka Bebo margarin Teljeskiőrlésű kenyér (1)</p> <p>EN:211 ZS:5,4 TZS:1,5 FH:8,9 SZH:30,6 CK:0,1 SO:1,6</p> | <p>Házi szárnyaskrém Falusi kenyér (1) Kígyóuborka</p> <p>EN:189 ZS:1,6 TZS:0,5 FH:10,3 SZH:33,0 CK:1,1 SO:0,5</p> | <p>Zöldfűszeres margarin Teljes kiőrlésű zsemle (1;6) TV paprika</p> <p>EN:203 ZS:7,0 TZS:2,0 FH:5,8 SZH:29,8 CK:0,6 SO:0,7</p> | <p>Méz Bebo margarin Falusi kenyér (1)</p> <p>EN:204 ZS:4,1 TZS:1,0 FH:6,0 SZH:36,3 CK:5,2 SO:0,4</p> |

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számított energia; kcal/adag), **ZS** (zsír; g/adag), **TZS** (telített zsírsav; g/adag), **FH** (fehérje; g/adag), **SZH** (szénhidrát; g/adag), **CK** (cukor; g/adag), **SÓ** (só; g/adag)
 Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

| Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|---|---|---|---|--|
| <p>Citromos tea Szendvicssonka Margarin Teljeskiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek</p> <p>EN:243 ZS:4,2 TZS:1,6 FH:9,2 SZH:40,8 CK:9,6 SO:1,8</p> | <p>Gyümölcs tea (12) Tonhalkrém (4;7;10) Vizes zsemle (1) Lilahagyma</p> <p>EN:311 ZS:12,7 TZS:4,2 FH:10,2 SZH:38,0 CK:8,4 SO:0,6</p> | <p>Gyümölcs tea (12) Magyaros szendvicsskrém (7) Teljes kiőrlésű zsemle (1;6)</p> <p>EN:276 ZS:11,4 TZS:6,9 FH:6,1 SZH:38,2 CK:9,3 SO:1,0</p> | <p>Kakaós rizsital Margarin Falusi kenyér (1)</p> <p>EN:316 ZS:5,0 TZS:1,2 FH:6,9 SZH:60,5 CK:20,1 SO:0,7</p> | <p>Citromos tea Sertéspárizsi Margarin Teljeskiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek</p> <p>EN:275 ZS:8,6 TZS:3,2 FH:7,7 SZH:40,4 CK:9,0 SO:1,6</p> |
| <p>Csirke raguleves (1;9) Tejben dara (1;7) Kakaó szórat</p> <p>EN:457 ZS:9,1 TZS:1,8 FH:22,7 SZH:68,4 CK:35,2 SO:0,9</p> | <p>Paradicsomleves (1) Roston csirkemell Petrezselymes burgonya (12) Csemege uborka (10;12)</p> <p>EN:575 ZS:15,2 TZS:2,1 FH:26,4 SZH:77,1 CK:20,6 SO:2,3</p> | <p>Fahéjas almaleves (1;7) Bácskai rizshús Savanyúság (10)</p> <p>EN:663 ZS:23,8 TZS:6,3 FH:21,6 SZH:89,7 CK:20,1 SO:1,7</p> | <p>Erőleves Levesbetét tészta (1) Parajfőzelék (1;7) Főtt virsli Félbarna kenyér (1)</p> <p>EN:488 ZS:20,7 TZS:5,8 FH:22,0 SZH:50,6 CK:6,9 SO:2,7</p> | <p>Gombakrémleves (1;7) Csikós tokány (1;7) Főtt tészta (1)</p> <p>EN:696 ZS:37,6 TZS:11,3 FH:26,2 SZH:62,0 CK:3,3 SO:2,6</p> |
| <p>Barack lekvár Margarin Vizes zsemle (1)</p> <p>EN:235 ZS:6,2 TZS:0,6 FH:5,1 SZH:38,0 CK:10,2 SO:0,1</p> | <p>Trappista sajt (7) Margarin Teljeskiőrlésű kenyér (1)</p> <p>EN:270 ZS:11,0 TZS:6,2 FH:11,9 SZH:30,0 CK: SO:1,4</p> | <p>Házi szárnyas húskrém (7) Falusi kenyér (1) Kígyóuborka</p> <p>EN:222 ZS:4,5 TZS:1,9 FH:12,6 SZH:32,9 CK:1,1 SO:0,9</p> | <p>Zöldfűszeres vajkrém (7) Teljes kiőrlésű zsemle (1;6) TV paprika</p> <p>EN:214 ZS:7,0 TZS:4,0 FH:7,3 SZH:31,0 CK:1,4 SO:1,0</p> | <p>Méz Margarin Falusi kenyér (1)</p> <p>EN:191 ZS:2,6 TZS:0,8 FH:6,0 SZH:36,3 CK:5,2 SO:0,4</p> |

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számított energia; kcal/adag), **ZS** (zsír; g/adag), **TZS** (telített zsírsav; g/adag), **FH** (fehérje; g/adag), **SZH** (szénhidrát; g/adag), **CK** (cukor; g/adag), **SÓ** (só; g/adag)
 Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.