

Szakácsstünder	Hétfő 04.20	Kedd 04.21	Szerda 04.22	Csütörtök 04.23	Péntek 04.24
<b>Tízórai</b>	<p><b>Tej (7;)</b> EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g</p> <p><b>Méz</b> EN:45.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:12.4g CK:12.3g FH:0.0g SÓ:0.0g</p> <p><b>Margarin</b> EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.4g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g</p> <p><b>Teljeskiórlésű kenyér (1;)</b> EN:170.8kcal ZS:0.7g TZS:0.3g SZH:35.0g FH:5.1g SÓ:1.1g</p>	<p><b>Citromos tea</b> EN:32.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:8.0g CK:8.0g FH:0.0g SÓ:0.0g</p> <p><b>Natúr vajkrém (7;)</b> EN:69.6kcal ZS:7.0g TZS:4.5g SZH:1.2g CK:0.5g FH:0.5g SÓ:0.2g</p> <p><b>Teljeskiórlésű kenyér (1;)</b> EN:170.8kcal ZS:0.7g TZS:0.3g SZH:35.0g FH:5.1g SÓ:1.1g</p>	<p><b>Vaníliás tej (7;)</b> EN:115.7kcal ZS:3.0g TZS:1.8g SZH:15.5g CK:14.2g FH:6.0g SÓ:0.2g</p> <p><b>Croissant (1;7;)</b> EN:192.0kcal ZS:10.0g TZS:5.5g SZH:21.5g CK:0.8g FH:3.0g SÓ:0.9g</p>	<p><b>Mézes tea</b> EN:32.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:8.0g CK:8.0g FH:0.0g SÓ:0.0g</p> <p><b>Cheddar sajt (7;)</b> EN:142.8kcal ZS:11.6g TZS:7.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:9.6g SÓ:0.7g</p> <p><b>Margarin</b> EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.4g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g</p> <p><b>Teljeskiórlésű kenyér (1;)</b> EN:170.8kcal ZS:0.7g TZS:0.3g SZH:35.0g FH:5.1g SÓ:1.1g</p>	<p><b>Tej (7;)</b> EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g</p> <p><b>Medvehagymás vajkrém (7;)</b> EN:69.6kcal ZS:7.0g TZS:4.6g SZH:1.2g CK:0.5g FH:0.5g SÓ:0.2g</p> <p><b>Teljeskiórlésű kenyér (1;)</b> EN:170.8kcal ZS:0.7g TZS:0.3g SZH:35.0g FH:5.1g SÓ:1.1g</p> <p><b>Jégcsapretek</b> EN:9.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.3g CK:0.0g FH:0.7g SÓ:0.0g</p>
<b>Ebéd</b>	<p><b>Rántott leves (1;)</b> EN:80.0kcal ZS:6.5g TZS:0.7g SZH:4.5g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.2g</p> <p><b>Pirított zsemlekočka (1;)</b> EN:40.8kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:8.3g CK:0.4g FH:1.3g SÓ:0.1g</p> <p><b>Csirkepörkölt</b> EN:209.5kcal ZS:11.7g TZS:2.1g SZH:3.4g CK:0.0g FH:21.5g SÓ:0.4g</p> <p><b>Burgonyafőzelék (1;7;12;)</b> EN:354.8kcal ZS:13.0g TZS:4.7g SZH:46.6g CK:1.7g FH:7.6g SÓ:0.2g</p> <p><b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:131.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:26.9g CK:0.9g FH:5.0g SÓ:0.3g</p>	<p><b>Csirkebecsináltleves (1;7;)</b> EN:213.7kcal ZS:12.9g TZS:5.6g SZH:10.1g CK:1.0g FH:12.5g SÓ:0.5g</p> <p><b>Tejben dara (1;7;)</b> EN:403.1kcal ZS:5.2g TZS:3.1g SZH:71.9g CK:20.8g FH:15.6g SÓ:0.3g</p> <p><b>Kakaó szórat</b> EN:79.0kcal ZS:1.7g TZS:1.0g SZH:13.0g CK:11.7g FH:1.8g SÓ:0.1g</p> <p><b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:131.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:26.9g CK:0.9g FH:5.0g SÓ:0.3g</p> <p><b>Alma</b> EN:52.5kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:6.0g FH:0.6g SÓ:0.0g</p>	<p><b>Zabgaluska leves (1;3;)</b> EN:129.2kcal ZS:1.8g TZS:0.5g SZH:22.5g CK:2.9g FH:4.9g SÓ:0.4g</p> <p><b>Fasírt golyó (1;6;)</b> EN:250.9kcal ZS:19.5g TZS:2.9g SZH:9.8g CK:0.8g FH:8.3g SÓ:1.3g</p> <p><b>Tökfőzelék (1;7;)</b> EN:274.2kcal ZS:15.9g TZS:6.2g SZH:24.9g CK:5.3g FH:7.0g SÓ:0.3g</p> <p><b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:131.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:26.9g CK:0.9g FH:5.0g SÓ:0.3g</p> <p><b>Mandarin</b> EN:45.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.8g CK:0.0g FH:0.7g SÓ:0.0g</p>	<p><b>Zöldborsóleves (1;3;)</b> EN:169.6kcal ZS:7.8g TZS:1.1g SZH:15.6g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:0.4g</p> <p><b>Tejszínes gombás csirkeragu (1;7;)</b> EN:230.4kcal ZS:14.3g TZS:5.1g SZH:5.6g CK:2.6g FH:17.3g SÓ:0.4g</p> <p><b>Rizs köret</b> EN:282.6kcal ZS:5.0g TZS:0.5g SZH:53.9g CK:0.0g FH:4.9g SÓ:0.2g</p> <p><b>Gesztenye Marci gesztenyerúd</b> EN:62.6kcal ZS:2.9g TZS:2.6g SZH:7.6g CK:6.1g FH:0.7g SÓ:0.0g</p>	<p><b>Fokhagyma krémleves (1;7;)</b> EN:115.8kcal ZS:7.1g TZS:1.5g SZH:8.8g CK:4.6g FH:3.8g SÓ:0.4g</p> <p><b>Levesgyöngy (1;3;7;)</b> EN:50.0kcal ZS:2.8g TZS:1.3g SZH:5.3g CK:0.6g FH:0.8g SÓ:0.1g</p> <p><b>Bundázott halpárna (1;4;)</b> EN:254.5kcal ZS:10.1g TZS:1.2g SZH:25.7g CK:0.9g FH:14.5g SÓ:2.0g</p> <p><b>Vajas petrezselymes burgonya (12;)</b> EN:341.3kcal ZS:12.5g TZS:5.6g SZH:46.0g CK:0.0g FH:6.3g SÓ:0.4g</p> <p><b>Tartármártás (3;7;10;)</b> EN:84.6kcal ZS:6.3g TZS:1.9g SZH:5.7g CK:5.3g FH:0.7g SÓ:0.2g</p>
<b>Uzsonna</b>	<p><b>Sertés párizsi</b> EN:69.0kcal ZS:6.0g TZS:2.4g SZH:0.8g CK:0.0g FH:3.0g SÓ:0.6g</p> <p><b>Margarin</b> EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.4g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g</p> <p><b>Vizes zsemle (1;)</b> EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g</p> <p><b>Paradicsom</b> EN:6.9kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.2g CK:0.8g FH:0.3g SÓ:0.0g</p>	<p><b>Kockasajt, natúr (7;)</b> EN:72.5kcal ZS:5.6g TZS:3.5g SZH:1.6g CK:1.4g FH:3.9g SÓ:0.3g</p> <p><b>Kifli (1;7;)</b> EN:124.5kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:25.5g CK:0.1g FH:3.8g SÓ:0.7g</p>	<p><b>Szendvics sonka</b> EN:37.2kcal ZS:1.6g TZS:0.7g SZH:1.2g CK:0.6g FH:4.5g SÓ:0.8g</p> <p><b>Margarin</b> EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.4g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g</p> <p><b>Teljeskiórlésű kenyér (1;)</b> EN:170.8kcal ZS:0.7g TZS:0.3g SZH:35.0g FH:5.1g SÓ:1.1g</p> <p><b>Paradicsom</b> EN:6.9kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.2g CK:0.8g FH:0.3g SÓ:0.0g</p>	<p><b>Pecsenyészir</b> EN:92.8kcal ZS:10.0g</p> <p><b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:157.8kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:32.2g CK:1.1g FH:6.0g SÓ:0.4g</p> <p><b>Lilahagyma</b> EN:10.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.1g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g</p>	<p><b>Almás táská (1;7;)</b> EN:177.8kcal ZS:7.8g TZS:3.5g SZH:23.5g CK:7.4g FH:3.0g</p>

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk.

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia: kcal/adag); ZS(zsír: g/adag); TZS(telített zsírsav: g/adag); SZH(szénhidrát: g/adag); CK(cukor: g/adag); FH(fehérje: g/adag); SÓ(só: g/adag); CA(kalcium: mg/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-Szezámag; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfűrt; 14-Puhatestűek. \* - édesítésszert tartalmaz.