

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<p>Gyümölcs tea Mátrai diákcsemege Vitaminos margarin 20%-os Kukoricás kenyér (1)</p> <p>EN:286 ZS:13,2 TZS:5,0 FH:7,2 SZH:33,7 CK:7,6 SO:0,9</p>	<p>Tej (7) Vaj (7) Szezámagos zsemle (1;11) Tv paprika</p> <p>EN:315 ZS:12,4 TZS:7,4 FH:10,6 SZH:38,8 CK:0,9 SO:0,7</p>	<p>Citromos tea Vajkrém, natúr (7) félbarna kenyér (1) Paradicsom</p> <p>EN:238 ZS:7,8 TZS:4,6 FH:5,5 SZH:35,3 CK:8,0 SO:0,2</p>	<p>Kakaó (7) Trappista sajt (7) Vitaminos margarin 20%-os Burgonyás kenyér (1;6;12) Jégcsapretek</p> <p>EN:393 ZS:14,8 TZS:6,2 FH:18,9 SZH:45,1 CK:17,4 SO:1,5</p>	<p>Forralt tej (7) Baromfipárizsi Vitaminos margarin 20%-os Teljes kiőrlésű kifli (1;3;6;7;11;13) Tv paprika</p> <p>EN:254 ZS:7,9 TZS:1,4 FH:12,6 SZH:32,4 CK:7,6 SO:0,6</p>
<p>banán Ásványvíz Tejben dara (1;7) Fahéj szórát Tárkonyos pulykaragu leves (1;7;9)</p> <p>EN:485 ZS:6,3 TZS:1,4 FH:19,5 SZH:86,0 CK:39,3 SO:2,2</p>	<p>körte Ásványvíz félbarna kenyér (ebédhez) (1) Finomfőzelék (1;6;7) Natúr csirkemell szelet Reszelttészta leves (1;9;12)</p> <p>EN:477 ZS:12,6 TZS:3,3 FH:25,6 SZH:62,9 CK:9,8 SO:2,4</p>	<p>Csemege uborka (10) Ásványvíz Burgonyapüré (6;7;12) Levesbetét tészta (1) Gomba krémleves (1;7) Panírozott halpárna (1;3;4;10)</p> <p>EN:450 ZS:19,5 TZS:3,8 FH:25,1 SZH:43,0 CK:8,3 SO:4,6</p>	<p>Piritott zsemlekočka (1) alma Ásványvíz Főtt tészta (1) Vadas sertés ragu (1;7;9;10;12) Köménymag leves (1)</p> <p>EN:651 ZS:18,4 TZS:2,8 FH:23,6 SZH:95,4 CK:11,2 SO:1,8</p>	<p>Főtt tojás (3) félbarna kenyér (ebédhez) (1) Daragaluska leves (1;3;9) Sólet (1;8) körte Ásványvíz</p> <p>EN:513 ZS:15,3 TZS:3,1 FH:22,2 SZH:67,1 CK:3,9 SO:0,8</p>
<p>szendvicskrem natur 1 kg (7) Teljes kiőrlésű zsemle (1;3;6;11;13) Kígyóuborka</p> <p>EN:138 ZS:3,4 TZS: FH:4,4 SZH:21,7 CK: SO:</p>	<p>Magyaros túrókrém (7) teljeskiőrlésű kenyér (1)</p> <p>EN:135 ZS:0,7 TZS:0,2 FH:5,1 SZH:25,9 CK:0,5 SO:0,0</p>	<p>Szendvics sonka Vitaminos margarin 20%-os teljeskiőrlésű kenyér (1)</p> <p>EN:176 ZS:3,8 TZS:1,2 FH:7,9 SZH:26,6 CK:0,9 SO:0,6</p>	<p>Túrós táska (1;6;7)</p> <p>EN:174 ZS:8,8 TZS:3,8 FH:2,9 SZH:24,0 CK:7,6 SO:0,1</p>	<p>Gyümölcsös ivójoghurt (7) Kifli (1;7)</p> <p>EN:129 ZS:2,0 TZS:0,9 FH:3,5 SZH:23,1 CK:3,9 SO:0,5</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 - Rákkfélek; 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.