

MENZAMINTA KFT.
1103 Budapest, Köér utca 5.
Hofherr konyha
1191. Hofherr Albert utca 20-22

02. Hét 2015.01.05.-01.10.		Menü			ISKOLA		
Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat		
Tízórai Tropusi gyümölcs tea, Trapišta sajt, Margarin, Félbarna kenyér, Retek	Forrált tej, Kalács Margarin, Graham kenyér,	Citromos tea, Satos baromfi pártzsi, Margarin, Tejleskiütésű kenyér, Paprika	Tejleskávé, Vitaminizott gabonapehely,	Tej, Méz, Margarin, Burgonyás kenyér	Gyümölcs tea Tavaszi felvágott Margarin Korpás kenyér		
Tápanyagtartalom En.:320,82kcal, Feh.:16,63g, Zsír:4,45g Szénh.:49,61g	En.:305,64kcal, Feh.:9,8g, Zsír:8,17g Szénh.:50,27g	En.:324,26kcal, Feh.:11,68g, Zsír:8,19g Szénh.:33,09	En.:341,38kcal, Feh.:7,33g, Zsír:3,74g Szénh.:53,61g	En.:341,38kcal, Feh.:7,33g, Zsír:3,74g Szénh.:53,61g	En.:345,37kcal, Feh.:10,25g, Zsír:8,4g Szénh.:56,45g		
Allergének	Glutén, tej,	Glutén, tej, szója	Glutén, tej,	Glutén, tej, méz	Glutén, tej, szója		
Ebéd	Pirított tészta leves, Főtt virsli, Lencsefőzelék, Félbarna kenyér, Köfte	Sertésragu leves, Sajtos tészta, Tejfeles joghurtmártás, Mandarin	Alma leves, Pulykabarassói, Petrezselymes burgonya, Mongoli saláta	Gomba leves, Sült csirkecomb, Zöldborsófőzelék, Graham kenyér,	Hagymakréml leves, Reszelt sajt, 1/2 párolt kukorica, 1/2 párolt rizs, Halfigura	Minnesztrone leves, Budapesti csirkeeml ragu Tört burgonya Csemege uborka	
Tápanyagtartalom En.:746,23kcal, Feh.:23,42g, Zsír:15,2g Szénh.:88,54g	En.:798,29kcal, Feh.:24,35g, Zsír:23,29g Szénh.:72,51g	En.:970,06kcal, Feh.:32,29g, Zsír:51,54g Szénh.:91,89g	En.:760,68kcal, Feh.:29,17g, Zsír:28,55g Szénh.:83,24g	En.:723,82kcal, Feh.:31,44g, Zsír:20,44g Szénh.:94,6g	En.:727,81kcal, Feh.:28,48g, Zsír:23,7g Szénh.:91,14g		
Allergének	Glutén, tej, szója	Glutén, tej, tojás, zeller	Glutén, tej,	Glutén, tej,	Glutén, tej, zeller,		
Uzsonna	Joghurt, Kifli	Házi húskrém, Korpás zsemle, Retek	Barackos túrkrém, Graham kenyér	Köményes sajt, Margarin, Grahamkenyér, Liliahagyma	Zala felvágott, Margarin, Tejles kiütésű kenyér, Póréhagyma,	Kocka sajt Magos zsemle Uborka	
Tápanyagtartalom En.:271,29kcal, Feh.:9,24g, Zsír:11,8g Szénh.:32,19g	En.:168,86kcal, Feh.:8,1g, Zsír:5,45g Szénh.:33,1g	En.:184,25kcal, Feh.:7,18g, Zsír:1,87g Szénh.:36,78g	En.:262,01kcal, Feh.:5,07g, Zsír:10,92g, Szénh.:33,9g	En.:237,32kcal, Feh.:10,22g, Zsír:7,56g Szénh.:32,12g	En.:217,82kcal, Feh.:9,01g, Zsír:5,94g Szénh.:32,2g		
Allergének	Glutén, tej,	Glutén, tej,	Glutén, tej,	Glutén, tej, szója	Glutén, tej, olajosnag		
Napi összes tápanyag	En.:1338,34kcal, Feh.:49,29g, Zsír:391,45g Szénh.:170,34g	En.:1272,78kcal, Feh.:42,34g, Zsír:36,91g Szénh.:161,78g	En.:1353,94kcal, Feh.:47,39g, Zsír:39,13g Szénh.:176,37g	En.:1184,6kcal, Feh.:43,46g, Zsír:45,52g Szénh.:175,01g	En.:1302,52kcal, Feh.:48,99g, Zsír:31,74 Szénh.:180,33g		

JÓ ÉTVÁGYAT KIVÁNUNK!
Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

Készítette: *Miskovicsné Rádi Erika*
Üzletvezető

Drávai Katalin Dietetikus
Drávai Katalin

MENZAMINTA KFT.
 1103 Budapest, Kőér utca 5.
 Hofherr konyha
 1191. Hofherr Albert utca 20-22

03. Hét 2015.01.12.-01.16.		Menü			ISKOLA	
	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	
Tízórai	Citromos tea Májusi felvágott Margarin, Erzsébet kenyér	Csokis tej, Sajtos croassan	Gyümölcs tea, Házi sajtkrém, Grahamkenyér.	Forrált tej, Margarin, Burgonyás kenyér, Paprika	Málnás tea, Tavaszi felvágott Margarin, Graham kenyér, Retek	
Tápanyagtartalom	En.:224,95kcal, Feh.:4,85g, Zsír:1,8g Szénh.:29,25g	En.:285,38kcal, Feh.:9,98g, Zsír:2,87g Szénh.:56,68g	En.:362,76kcal, Feh.:7,07g, Zsír:8,81g Szénh.:38,91g	En.:275,17kcal, Feh.:7,37g, Zsír:2,99g Szénh.:54,55g	En.:336,73kcal, Feh.:9,42g, Zsír:5,95g, Szénh.:46,21g	
Allergének	Glutén, tej	Glutén, tej	Glutén, tej	Glutén, tej	Glutén, tej, szója	
Ebéd	Magyaros burgonyaleves kolbásszal, Dejós tészta Alma	Gyümölcsleves, Pusztai pörkölt Vegyes vágott, Muzli szelet	Sárgarépa krémleves Zsemlekocka, Sült csirkecomb, Tavaszi zöldség köret	Csontleves, Levesgyöngy Pulykafalatok, Sárgaborsó főzelek, Félbarna kenyér	Sajtkrém leves, Kenyer kocka Rántott sertés szelet, Parólt rizs Káposzta saláta	
Tápanyagtartalom	En.:774,67kcal, Feh.:25,38g, Zsír:31,06g Szénh.:1055,67g	En.:768,57kcal, Feh.:29,84g, Zsír:27,47g Szénh.:105,54g	En.:663,4kcal, Feh.:31,96g, Zsír:29,73g Szénh.:98,7g	En.:804,6kcal, Feh.:26,37g, Zsír:18,36g Szénh.:102,13g	En.:656,7kcal, Feh.:29,92g, Zsír:25,13g Szénh.:86,93g	
Allergének	Glutén, tej, zeller, tojás	Glutén, tej, olajosmag	Glutén, szója	Glutén, tej, tojás, zeller	Glutén, tej,	
Uzsonna	Prlaminos margarinkrém, Rozsos kenyér, Uborka	Sajtos baromfipárzsi, Vaj Teljes kiőrlésű kenyér, Lilahagyma	Sonkakrém, Félbarna kenyér, Zöldpaprika	Padlizsánkrem Teljes kiőrlésű kenyér Paprika	Lekvár Margarin Félbarna kenyér	
Tápanyagtartalom	En.:295,82kcal, Feh.:10,56g, Zsír:14,64g Szénh.:32,58g	En.:281,42kcal, Feh.:14,42g, Zsír:3,87g Szénh.:25,98g	En.:200,95kcal, Feh.:8,1g, Zsír:3,95g Szénh.:33,1g	En.:231,75kcal, Feh.:6,26g, Zsír:8,27g Szénh.:33,07g	En.:259,64kcal, Feh.:10,24g, Zsír:7,99g Szénh.:36,83g	
Allergének	Glutén, tej	Glutén, tej, szója	Glutén, tej, szója	Glutén, tej,	Glutén, tej,	
Napi összes tápanyag	En.:1295,44kcal, Feh.:10,89g, Zsír:47,5g Szénh.:167,5g	En.:1335,37kcal, Feh.:54,243g, Zsír:34,21g Szénh.:188,2g	En.:11227,11kcal, Feh.:47,13g, Zsír:32,49g Szénh.:170,71	En.:1311,52kcal, Feh.:40g, Zsír:39,62g Szénh.:189,75g	En.:1253,07kcal, Feh.:49,58g, Zsír:39,06g Szénh.:169,97g	

JÓ ÉTVÁGYPAT KIVÁNNUNKI
 Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

Készítette :
 Miskovicsné Rádi Erika
 Üzletvezető

Ellenőrizte:
 Drávaí Katalin Dietetikus



MENZAMINTA KFT.
 1103 Budapest, Köér utca 5.
 Hofherr konyha
 1191. Hofherr Albert utca 20-22

04. Hét 2015.01.19.-01.23.		Menü		ISKOLA	
Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	
Tízórai	Citromos tea, Gépsonka, Margarin, Zsemle	Kakaó, Margarin Méz	Gyümölcs tea, Zöldfűszeres sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér	Forralt tej, Vaj	Karamell, Pajti vajkrém, Teljes kiőrlésű kenyér
Tápanyagtartalom	En.:355,95kcal, Feh.:5,5g, Zsír:10,75g Szénh.:33,55g	En.:310,24kcal, Feh.:9,42g, Zsír:7,91g Szénh.:50,37g	En.:380,52kcal, Feh.:7,61g, Zsír:8,72g Szénh.:51,79g	En.:337,42kcal, Feh.:11,18g, Zsír:7,95g Szénh.:57,35g	En.:363,22kcal, Feh.:12,03g, Zsír:10,66g Szénh.:28,76g
Allergének	Glutén, tej, szója	Glutén, tej	Glutén, tej	Glutén, tej, olajosmag	Glutén, tej
Ebéd	Bakonyi betyárleves, Káposztás kocka, Félbarna kenyér, Narancs	Paradicsomleves, Bazsalikomos csirkemell, 1/2 párolt rizs, 1/2 párolt karotta	Tarhonyaleves, Zöldbabfőzelék, Tepsis vagdalt, Félbarna kenyér Műzli szelet	Zöldborsóleves, Tefőlés burgonyafőzelék, Sertés sült, Alma	Tojásleves, Lecsós csirkemáj, Tarhonya
Tápanyagtartalom	En.:690,35kcal, Feh.:25,11g, Zsír:22,67g Szénh.:117,45g	En.:636,19kcal, Feh.:20,42g, Zsír:26,46g Szénh.:83,88g	En.:630,23kcal, Feh.:25,01g, Zsír:28,7g Szénh.:87,39g	En.:631,09kcal, Feh.:26,28g, Zsír:18,26g Szénh.:84,55g	En.:642,5kcal, Feh.:23,4g, Zsír:12,7g Szénh.:103,2g
Allergének	Glutén, tej, tojás, zeller	Glutén, tej, zeller	Glutén, tej, tojás	Glutén, tej, tojás, zeller	Glutén, tej, tojás
Uzsonna	Házi körözött, Papríka, Teljes kiőrlésű kenyér	Reszelt sajt, Vaj, Kigyóuborka, Erzsébet kenyér	Tavaszi felvágott, Margarin Paradicsom, Zsemle	Szardíniakrém, Retek, Teljes kiőrlésű kenyér	Zala felvágott, Margarin, Magos zsemle, Lilahagyma
Tápanyagtartalom	En.:202,8kcal, Feh.:12g, Zsír:0,7g Szénh.:38,4g	En.:184,16kcal, Feh.:15,02g, Zsír:5,38g Szénh.:29,15g	En.:220,06kcal, Feh.:10,74g, Zsír:5,38g Szénh.:32,12g	En.:233,85kcal, Feh.:8,2g, Zsír:7,68g Szénh.:33,11g	En.:223,49kcal, Feh.:6,28g, Zsír:18,35g Szénh.:33,02g
Allergének	Glutén, tej	Glutén, tej	Glutén, tej, szója	Glutén, tej, hal	Glutén, tej, szója, olajosmag
Napi összes tápanyag	En.:12549,1kcal, Feh.:42,65g, Zsír:34,12g, Szénh.:169,4g	En.:1130,59kcal, Feh.:44,86g, Zsír:39,75g Szénh.:163,4g	En.:1230,79kcal, Feh.:43,36g, Zsír:42,8g Szénh.:171,3g	En.:1202,37kcal, Feh.:45,66g, Zsír:33,89g Szénh.:175,01g	En.:1229,21kcal, Feh.:41,71g, Zsír:41,71g Szénh.:164,98g

JÓ ÉTVÁGYAT KIVÁNNUNK!
 Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

Készítette :
 Miskoviczné Rádi Erika
 Üzletvezető

Ellenőrizte:
 Drávai Katalin Dietetikus


MENZAMINTA KFT.
1103 Budapest, Kőér utca 5.
Hofherr konyha
1191. Hofherr Albert utca 20-22

05. Hét 2015.01.26.-01.30.		Menü			ISKOLA	
	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	
Tízórai	Tejeskávé, Szelet sajt, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér	Csokoládés tej, Margarin, Kifli	Gyümölcs tea, Sajtos párizsi, Margarin, Zsemle, Zöldpaprika	Forralt tej, Margarin, Kalács	Citromos tea, Zöldfűszeres túrókrém, Félbarna kenyér, Póréhagyma	
Tápanyagtartalom	En.:320,82kcal, Feh.:16,63g, Zsír:4,45g Szénh.:49,61g	En.:305,64kcal, Feh.:9,8g, Zsír:8,17g Szénh.:50,27g	En.:324,26kcal, Feh.:11,68g, Zsír:8,18g Szénh.:33,09	En.:341,38kcal, Feh.:7,33g, Zsír:3,74g Szénh.:53,61g	En.:341,38kcal, Feh.:7,33g, Zsír:3,74g Szénh.:53,61g	
Allergének	Glutén, tej,	Glutén, tej,	Glutén, tej, szója	Glutén, tej, tojás	Glutén, tej,	
Ebéd	Csirkebecsinált leves, Piskóta kocka, Csoki öntet, Alma	Zellerkrémleves Kölesgolyó, Hentes tokány, Tészta	Daragaluska leves, Fejlett babfőzelék, Sült karaj, Félbarna kenyér	Meggyleves, Zöldbabos pulyka ragu, Párolt rizs,	Karfiolleves, Parajfőzelék, Főtt tojás, Főtt burgonya, Félbarna kenyér, Körte	
Tápanyagtartalom	En.:746,23kcal, Feh.:23,42g, Zsír:15,2g Szénh.:88,54g	En.:798,29kcal, Feh.:24,35g, Zsír:23,29g Szénh.:72,51g	En.:970,06kcal, Feh.:32,29g, Zsír:51,54g Szénh.:91,89g	En.:7606,68kcal, Feh.:29,17g, Zsír:28,55g Szénh.:83,24g	En.:723,82kcal, Feh.:31,44g, Zsír:20,44g Szénh.:94,6g	
Allergének	Glutén, tej, tojás, zeller	Glutén, tej,	Glutén, tej, zeller	Glutén, tej, tojás	Glutén, tej, tojás, zeller	
Uzsonna	Tavaszi felvágott, Margarin, Korpás zsemle, Uborka	Csirkehúsos szendvicskrém Rozsos kenyér, Lilahagyma	Fahéjas túrókrém, Zsemle	Házi csirkemájkrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Retek	Gyümölcsjoghurt, Kifli	
Tápanyagtartalom	En.:271,29kcal, Feh.:9,24g, Zsír11,8g Szénh.:32,19g	En.:168,85kcal, Feh.:8,1g, Zsír:5,45g Szénh.:33,1g	En.:184,25kcal, Feh.:7,18g, Zsír:1,87g Szénh.:36,78g	En.:262,01kcal, Feh.:5,07g, Zsír:10,92g, Szénh.:33,9g	En.:237,32kcal, Feh.:10,22g, Zsír:7,56g Szénh.:32,12g	
Allergének	Glutén, tej, szója	Glutén, tej,	Glutén, tej,	Glutén, tej,	Glutén, tej	
Napi összes tápanyag	En.:1338,34kcal, Feh.:49,29g, Zsír:391,45g, Szénh.:170,34g	En.:1272,78kcal, Feh.:42,34g, Zsír:36,91g Szénh.:161,76g	En.:1353,94kcal, Feh.:47,39g, Zsír:39,13g Szénh.:176,37g	En.:1184,6kcal, Feh.:43,46g, Zsír:45,52g Szénh.:175,01g	En.:1302,52kcal, Feh.:48,99g, Zsír:31,74 Szénh.:180,33g	

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!
Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

Készítette :
Miskovicsné Rádi Erika
Üzletvezető

Ellenőrizte:
Dravai Katalin Dietetikus
Dravai Katalin