



**PENSIO**  
MINŐSÉGI KÖZÉTKÉZTETÉS Kft.

1103 Budapest, Kőér utca 5.  
Tel./fax: +36-1-262-3625  
Web: www.minosegikozeztektetes.hu  
E-mail: info@minosegikozeztektetes.hu



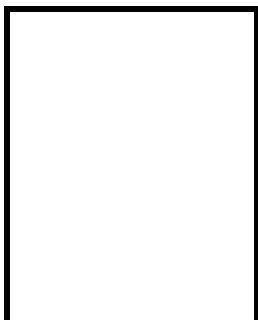
**Heti étlap 2018.11.05-10.10. LAMPART KONYHA**

	<b>hétfő</b>	<b>kedd</b>	<b>szerda</b>	<b>csütörtök</b>	<b>péntek</b>
<b>Tízórai</b>	Tejeskávé, Vajkrém, Zsemle, teljes kiőrlésű	Gyümölcs tea, Sárgabaracklekvár, Margarin, Zsemle, teljes kiőrlésű	Citromos tea, Zala felvágott, Margarin, Félbarna kenyér	Kakaó, Margarin, Kalács	Mézes-citromos tea, Magyaros vajkrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Paprika
	Energia: 384,72 Kcal / 1 608,13 KJ	Energia: 281,02 Kcal / 1 174,66 KJ	Energia: 299,37 Kcal / 1 251,37 KJ	Energia: 475,96 Kcal / 1 989,51 KJ	Energia: 300,83 Kcal / 1 257,47 KJ
<b>Ebéd</b>	Tárkonyos raguleves, Metélt tészta, Dejósórat, Alma	Tojásleves, Baromfi vagdalt, Brokkolifőzelék, Félbarna kenyér, Menü süti	Zöldségkrémleves, Pirított kiskocka, Sertés pörkölt, Párolt rizs, Mongol saláta	Húsleves, Levestésztabetét, Főtt virsli, Lencsefőzelék, Félbarna kenyér, Alma	Fahéjas szilvaleves, Sertéssült, Tört burgonya, hagymás, Csemege uborka
	Energia: 728,73 Kcal / 3 046,09 KJ	Energia: 554,88 Kcal / 2 319,40 KJ	Energia: 719,70 Kcal / 3 008,35 KJ	Energia: 700,62 Kcal / 2 928,59 KJ	Energia: 488,89 Kcal / 2 043,56 KJ
<b>Uzsonna</b>	Trappista sajt, Margarin, Félbarna kenyér	Házi körözött, Félbarna kenyér, Lilahagyma	Szendvicskrém, Teljes kiőrlésű kenyér	Kockasajt, sonkás, Teljes kiőrlésű kifli	Joghurt poharas gyümölcsös, Kifli
	Energia: 323,41 Kcal / 1 351,85 KJ	Energia: 274,12 Kcal / 1 145,82 KJ	Energia: 273,94 Kcal / 1 145,07 KJ	Energia: 188,71 Kcal / 788,81 KJ	Energia: 219,61 Kcal / 917,97 KJ

Jó étvágyat kívánunk. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Üzletvezető

Dietetikus ajánlásával



## Szombat

Tejeskávé, Margarin,  
Zsemle, teljes kiőrlésű

Energia: 334,32 Kcal / 1 397,46 Kj

Frankfurti leves  
baromfi virslivel,  
Tejbedara,  
Kakaósórat, Alma

Energia: 512,52 Kcal / 2 142,33 Kj

Főtt tojás, Margarin,  
Félbarna kenyér

Energia: 277,92 Kcal / 1 161,71 Kj