

Étlap

Felnőtt (19-69 év)	Hétfő 2026.08.03.	Kedd 2026.08.04.	Szerda 2026.08.05.	Csütörtök 2026.08.06.	Péntek 2026.08.07.
Ebéd	-Tarhonya leves (P) (G, T, Z, O, M, S, L) -Burgonyafőzelék (P) (G, L) -Sertés pörkölt (P) (G, T, Z, M, O) -Kenyér ebédhez/ Félbarna/ (P) (G) S:1,3, E:1 245,0, ZS:42,3, T:7,2, F:47,4, CH:152,7, C:5,7, Ca:111,4	-Tejfölös zöldbab leves(P) (G, L, T, Z, O, M, S) -Grízes tészta (P) (G) -Baracklekvár(P) S:0,6, E:1 216,0, ZS:44,0, T:3,7, F:26,0, CH:175,9, C:7,5, Ca:73,5	-Alföldi gulyásleves .(P) (G, T, Z, O, M, S, L) -Gyros csirkecomb csíkok (P) (G, T, Z, O, M, S, D) -Petrezselymes burgonya (P) -Uborka saláta(P) S:0,4, E:1 113,0, ZS:39,3, T:0,2, F:53,8, CH:133,6, C:2,4, Ca:72,9	-Meggykrémleves (P): (L) -Rizses hús /Sertés/ (P) (G, T, Z, O, M, S) -Csemegeuborka (P) S:0,3, E:976,0, ZS:26,9, T:2,9, F:45,1, CH:139,0, C:9,6, Ca:84,4	-Zöldséges daragaluska leves .(P) (G, T, Z, M, L, S) -Tökfőzelék (P) (G, L) -Csirke nuggets (P) -Kenyér ebédhez/ Félbarna/ (P) (G) S:1,3, E:840,0, ZS:36,9, T:8,8, F:22,0, CH:99,2, C:7,5, Ca:141,8
Összesen	S:1,3, E:1 245,0, ZS:42,3, T:7,2, F:47,4, CH:152,7, C:5,7, Ca:111,4	S:0,6, E:1 216,0, ZS:44,0, T:3,7, F:26,0, CH:175,9, C:7,5, Ca:73,5	S:0,4, E:1 113,0, ZS:39,3, T:0,2, F:53,8, CH:133,6, C:2,4, Ca:72,9	S:0,3, E:976,0, ZS:26,9, T:2,9, F:45,1, CH:139,0, C:9,6, Ca:84,4	S:1,3, E:840,0, ZS:36,9, T:8,8, F:22,0, CH:99,2, C:7,5, Ca:141,8

Jó étvágyat!

Jelmagyarázat:

S: só (g)
ZS: zsír (g)
F: fehérje (g)
C: cukor (g)
E: energia (kcal)
T: telített zsírsav (g)
CH: szénhidrát (g)
Ca: kalcium (mg)

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák
L: laktóz, tej, tejtermékek
T: tojás, fehérje
F: földimogyoró
Z: zeller
R: rákfélék
H: halak
O: szója
D: diófélék, mandula, pisztácia
M: mustár
S: szeszámag
K: szulfitok, kéndioxid

C: csillagfürt
P: puhatestűek

Étlap

Felnőtt (19-69 év)	Hétfő 2026.08.10.	Kedd 2026.08.11.	Szerda 2026.08.12.	Csütörtök 2026.08.13.	Péntek 2026.08.14.
Ebéd	-Lebbencs leves (P) (G, T, Z, O, M, S, L) -Zöldbab főzelék (P) (G, L) -Csemege sertéssült (P) F (G, O) -Kenyér ebédhez/ Félbarna/ (P) (G) S:1,3, E:1 047,0, ZS:34,3, T:7,3, F:51,1, CH:138,5, C:3,5, Ca:165,1	-Hamis gulyásleves. (P) (G, T, Z, O, M, S) -Sertés pörkölt (P) (G, T, Z, M, O) -Főtt durumtészta köret/orsó tészta/ (P)F (G) -Csemegeuborka (P) S:0,3, E:1 044,0, ZS:34,0, T:0,4, F:44,0, CH:124,0, C:11,4, Ca:22,2	-Paradicsomleves. (P) (G, T, Z, M) -Paprikás burgonya /Baromfis/ (P) (G, T, Z, O, M, S) -Csemegeuborka (P) -Kenyér ebédhez/ Félbarna/ S:4,0, E:1 314,0, ZS:51,4, T:9,1, F:37,8, CH:165,2, C:13,9, Ca:43,1	-Borsodi zöldségleves gazdagon(P) (Z, G, T, O, M, S, L) -Túrós derelye(P) (G, L) S:2,1, E:1 056,0, ZS:29,8, T:3,0, F:34,6, CH:158,8, C:31,2, Ca:35,9	-Magyaros burgonyaleves (P) (G, T, Z, O, M, S, L) -Kakukkfűves csirkemell szelet (P) (G, T, Z, O, M, S, L) -Párolt rizs (P) S:0,4, E:1 367,0, ZS:56,5, T:0,1, F:54,3, CH:164,2, C:0,8, Ca:28,5
Összesen	S:1,3, E:1 047,0, ZS:34,3, T:7,3, F:51,1, CH:138,5, C:3,5, Ca:165,1	S:0,3, E:1 044,0, ZS:34,0, T:0,4, F:44,0, CH:124,0, C:11,4, Ca:22,2	S:4,0, E:1 314,0, ZS:51,4, T:9,1, F:37,8, CH:165,2, C:13,9, Ca:43,1	S:2,1, E:1 056,0, ZS:29,8, T:3,0, F:34,6, CH:158,8, C:31,2, Ca:35,9	S:0,4, E:1 367,0, ZS:56,5, T:0,1, F:54,3, CH:164,2, C:0,8, Ca:28,5

Jó étvágyat!

Jelmagyarázat:		Allergén jelmagyarázat:			
S: só (g)	E: energia (kcal)	G: glutén, gabonák	Z: zeller	D: diófélék, mandula, pisztácia	C: csillagfűrt
ZS: zsír (g)	T: telített zsírsav (g)	L: laktóz, tej, tejtermékek	R: rákfélék	M: mustár	P: puhatestűek
F: fehérje (g)	CH: szénhidrát (g)	T: tojás, fehérje	H: halak	S: szeszámag	
C: cukor (g)	Ca: kalcium (mg)	F: földimogyoró	O: szója	K: szulfitok, kéndioxid	