

Étlap

<i>Felnőtt</i> (19-69 év)	<i>Hétfő</i> 2026.05.11.	<i>Kedd</i> 2026.05.12.	<i>Szerda</i> 2026.05.13.	<i>Csütörtök</i> 2026.05.14.	<i>Péntek</i> 2026.05.15.
<i>Ebéd</i>	-Tarhonya leves (P) (G, T, Z, O, M, S, L) -Tökfőzelék (P) (G, L) -Sertés vagdalt (P) (T, G, O, Z, M, S) -Teljes kiőrlésű burgonyás rozs kenyér (p) (G)	-Frankfurti leves(P) (G, L, T, M, S, O, Z) -Gránátos kocka (P) (G, T, Z, O, M, S)	-Málnakrém leves (P) (L) -Burgonyapüré (P) (L) -Kakukkfűves csirkemell szelet (P) (G, T, Z, O, M, S, L) -Csemegeuborka (P)	-Tejfölös karfiolleves (P) (G, T, Z, O, M, S, L) -Hentes sertéstokány (p) (G, T, Z, O, M, S) -Párolt rizs (P)	-Babgulyás (P) (G, T, Z, O, M, S) -Kenyér ebédhez/ Félbarna/ (P) (G) -Tejbegríz (P) (G, L)
	S:1,3, E:1 134,0, ZS:45,3, T:9,0, F:45,6, CH:122,6, C:6,2, Ca:159,4	S:1,5, E:1 376,0, ZS:62,7, T:8,6, F:39,2, CH:164,4, C:1,8, Ca:182,2	S:0,6, E:1 452,0, ZS:59,8, T:10,8, F:58,4, CH:169,1, C:8,1, Ca:83,6	S:0,6, E:1 251,0, ZS:72,1, T:7,4, F:43,9, CH:107,6, C:9,7, Ca:143,2	S:1,2, E:1 255,0, ZS:34,8, T:0,5, F:62,5, CH:163,0, C:3,4, Ca:69,6
<i>Összesen</i>	S:1,3, E:1 134,0, ZS:45,3, T:9,0, F:45,6, CH:122,6, C:6,2, Ca:159,4	S:1,5, E:1 376,0, ZS:62,7, T:8,6, F:39,2, CH:164,4, C:1,8, Ca:182,2	S:0,6, E:1 452,0, ZS:59,8, T:10,8, F:58,4, CH:169,1, C:8,1, Ca:83,6	S:0,6, E:1 251,0, ZS:72,1, T:7,4, F:43,9, CH:107,6, C:9,7, Ca:143,2	S:1,2, E:1 255,0, ZS:34,8, T:0,5, F:62,5, CH:163,0, C:3,4, Ca:69,6

Jó étvágyat!

Jelmagyarázat:

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

Allergén jelmagyarázat:

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

Étlap

<i>Felnőtt</i> (19-69 év)	<i>Hétfő</i> 2026.05.18.	<i>Kedd</i> 2026.05.19.	<i>Szerda</i> 2026.05.20.	<i>Csütörtök</i> 2026.05.21.	<i>Péntek</i> 2026.05.22.
<i>Ebéd</i>	-Erőleves cérnametélt (P) (G, T, Z, O, M, S) -Burgonyafőzelék (P) (G, L) -Csemege sertéssült (P) F (G, O) -Kenyér ebédhez/ Félbarna/ (P) (G)	-Palócleves (P) (L, G, T, Z, O, M, S) -Teljes kiőrlésű burgonyás rozs kenyér (p) (G) -Lekváros derelye (P) (G, T)	-Tejfölös zellerkrémleves levesgyöngy(P) (G, T, Z, O, M, S, L) -Rizses hús /Sertés/ (P) (G, T, Z, O, M, S) -Barack befőtt	-Házi gyümölcsleves (p) (L) -Bolognai spagetti (P) (G, T, Z, O, M, S, L) -Trappista sajt(P) (L) -Ketchup(P)	-Vegyes zöldségleves (P) (G, T, Z, O, M, S, L) -Paradicsomos káposztafőzelék (P) (G) -Fokhagymás aprópecsenye (P) (G, T, Z, O, M, S) -Teljes kiőrlésű burgonyás rozs kenyér (p) (G)
	S:1,3, E:1 237,0, ZS:40,3, T:7,4, F:50,6, CH:172,1, C:7,1, Ca:99,9	S:1,0, E:2 140,0, ZS:90,6, T:7,4, F:50,5, CH:279,3, C:3,4, Ca:110,0	S:0,7, E:1 005,0, ZS:34,5, T:4,3, F:47,4, CH:129,4, C:3,7, Ca:105,5	S:1,5, E:1 125,0, ZS:61,0, T:11,1, F:49,3, CH:95,2, C:19,7, Ca:412,3	S:1,1, E:1 200,0, ZS:59,3, T:0,5, F:54,9, CH:95,3, C:8,4, Ca:83,7
<i>Összesen</i>	S:1,3, E:1 237,0, ZS:40,3, T:7,4, F:50,6, CH:172,1, C:7,1, Ca:99,9	S:1,0, E:2 140,0, ZS:90,6, T:7,4, F:50,5, CH:279,3, C:3,4, Ca:110,0	S:0,7, E:1 005,0, ZS:34,5, T:4,3, F:47,4, CH:129,4, C:3,7, Ca:105,5	S:1,5, E:1 125,0, ZS:61,0, T:11,1, F:49,3, CH:95,2, C:19,7, Ca:412,3	S:1,1, E:1 200,0, ZS:59,3, T:0,5, F:54,9, CH:95,3, C:8,4, Ca:83,7

Jó étvágyat!

Jelmagyarázat:

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

Allergén jelmagyarázat:

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