

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: ÁLTISK "TÍZÓRAI"
Dátum: 2025/04/14

Hétfő
2025/04/14

Kedd
2025/04/15

Szerda
2025/04/16

Csütörtök
2025/04/17

Péntek
2025/04/18

Gyümölcs tea	
36 kcal	151 kJ

Gyümölcs tea	
36 kcal	151 kJ

Gyümölcs tea	
36 kcal	151 kJ

Vajkrém teljeskiőrlésű kenyér	
153 kcal	639 kJ
A:Glutén, Tej,	

Húskrém fehér kenyér	
182 kcal	761 kJ
A:Glutén, Tej, Mustár,	

Csicszeriborsókrém teljeskiőrlésű kenyér	
167 kcal	684 kJ
A:Glutén, Tej, Mustár,	

Kápia paprika	
6 kcal	25 kJ

Kalória: 189,03 kcal
Energia: 790,50 kJ
Zsír:: 3,9168 g
Fehérje: 5,4977 g
Szénhidrát: 31,8872 g
Só: 0,6400 g
Cukor: 10,0100 g
Tel.zsír-sav: 2,1600 g
Kalcium: 1,80 mg

Kalória: 218,08kcal
Energia: 911,99kJ
Zsír:: 6,1588 g
Fehérje: 9,4557 g
Szénhidrát: 30,2622 g
Só: 0,4910 g
Cukor: 9,5640 g
Tel.zsír-sav: 3,1680 g
Kalcium: 26,00 mg

Kalória: 208,69kcal
Energia: 859,60 kJ
Zsír:: 3,4187 g
Fehérje: 7,5225 g
Szénhidrát: 38,0397 g
Só: 0,8300 g
Cukor: 9,8000 g
Tel.zsír-sav: 0,8180 g
Kalcium: 6.50 mg

Kalória:
Energia:
Zsír::
Fehérje:
Szénhidrát:
Só:
Cukor:
Tel.zsír-sav:
Kalcium:

Kalória:
Energia:
Zsír::
Fehérje:
Szénhidrát:
Só:
Cukor:
Tel.zsír-sav:
Kalcium:

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: ÁLTISK "TÍZÓRAI ÉRZÉKENY"
Dátum: 2025/04/14

Hétfő 2025/04/14	Kedd 2025/04/15	Szerda 2025/04/16	Csütörtök 2025/04/17	Péntek 2025/04/18
Gyümölcs tea 36 kcal 151 kJ	Gyümölcs tea 36 kcal 151 kJ	Gyümölcs tea 36 kcal 151 kJ		
Májkrémes teljeskiörlésű kenyér 181 kcal A:Glutén,	Húskrém fehér kenyér 229 kcal A:Glutén, Mustár,	Csicszeriborsókrém teljeskiörlésű kenyér 156 kcal A:Glutén, Mustár,		
		Kápia paprika 6 kcal 25 kJ		

Kalória: 216,74 kcal
Energia: 906,41 kJ
Zsír:: 6,0168 g
Fehérje: 7,4477 g
Szénhidrát: 32,2771 g
Só: 0,9040 g
Cukor: 9,6350 g
Tel.zsírsv: 1,8900 g
Kalcium:

Kalória: 264,95kcal
Energia: 1.108,00kJ
Zsír:: 3,0961 g
Fehérje: 12,9667 g
Szénhidrát: 44,7888 g
Só: 0,8063 g
Cukor: 9,2470 g
Tel.zsírsv: 1,0750 g
Kalcium:

Kalória: 198,34kcal
Energia: 816,31 kJ
Zsír:: 2,4186 g
Fehérje: 7,3775 g
Szénhidrát: 37,8446 g
Só: 0,8250 g
Cukor: 9,6950 g
Tel.zsírsv: 0,2130 g
Kalcium:

Kalória:
Energia:
Zsír::
Fehérje:
Szénhidrát:
Só:
Cukor:
Tel.zsírsv:
Kalcium:

Kalória:
Energia:
Zsír::
Fehérje:
Szénhidrát:
Só:
Cukor:
Tel.zsírsv:
Kalcium:

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: ÁLTISK EBÉD
Dátum: 2025/04/14

Hétfő
2025/04/14

Kedd
2025/04/15

Szerda
2025/04/16

Csütörtök
2025/04/17

Péntek
2025/04/18

Lencseleves 234 kcal A:Glutén, Tej, Zeller, Mustár, 952 kJ	Csontleves 199 kcal A:Glutén, Tojás, Zeller, 807 kJ	Zöldborsóleves 157 kcal A:Glutén, Zeller, 629 kJ
Mákos metélt 400 kcal A:Glutén, Diófélék, 1.671 kJ	Fuszeres csirkecombfilé 158 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, Szezámag, Szezámag, 660 kJ	Brassói aprópecsenye 518 kcal 2.164 kJ
Mandarin 37 kcal 157 kJ	Burgonyapüré 289 kcal A:Tej, 1.209 kJ	Csemege uborka 11 kcal A:Mustár, 45 kJ
	Fejeskáposzta saláta 53 kcal 223 kJ	

Kalória: 670,98 kcal
Energia: 2.779,97 kJ
Zsír:: 22,3934 g
Fehérje: 23,0532 g
Szénhidrát: 88,2110 g
Só: 1,0100 g
Cukor: 22,0450 g
Tel.zsírsv: 2,8558 g
Kalcium: 13,00 mg

Kalória: 699,38kcal
Energia: 2.898,71kJ
Zsír:: 42,6971 g
Fehérje: 22,8346 g
Szénhidrát: 62,8380 g
Só: 1,7506 g
Cukor: 17,9245 g
Tel.zsírsv: 4,4209 g
Kalcium: 45,60 mg

Kalória: 684,92kcal
Energia: 2.838,25 kJ
Zsír:: 27,1446 g
Fehérje: 27,7638 g
Szénhidrát: 73,1190 g
Só: 2,1750 g
Cukor: 6,2086 g
Tel.zsírsv: 9,1406 g
Kalcium: 0.00 mg

Kalória:
Energia:
Zsír::
Fehérje:
Szénhidrát:
Só:
Cukor:
Tel.zsírsv:
Kalcium:

Kalória:
Energia:
Zsír::
Fehérje:
Szénhidrát:
Só:
Cukor:
Tel.zsírsv:
Kalcium:

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: ÁLTISK "EBÉD ÉRZÉKENY"

Dátum: 2025/04/14

Hétfő
2025/04/14

Kedd
2025/04/15

Szerda
2025/04/16

Csütörtök
2025/04/17

Péntek
2025/04/18

Lencseleves 213 kcal A:Glutén, Zeller, Mustár, 865 kJ	Csontleves 144 kcal A:Zeller, 577 kJ	Zöldborsóleves 157 kcal A:Glutén, Zeller, 629 kJ
Mákos metélt 400 kcal A:Glutén, Diófélék, 1.671 kJ	Fuszeres csirkecombfilé 158 kcal 660 kJ	Brassói aprópecsenye 518 kcal 2.164 kJ
Mandarin 37 kcal 157 kJ	Burgonyapüré 216 kcal 904 kJ	Csemege uborka 11 kcal A:Mustár, 45 kJ
	Fejeskáposzta saláta 153 kcal 641 kJ	

Kalória: 650,28 kcal
Energia: 2.693,40 kJ
Zsír:: 20,3934 g
Fehérje: 22,7632 g
Szénhidrát: 87,8210 g
Só: 1,0000 g
Cukor: 21,8350 g
Tel.zsírsv: 1,6458 g
Kalcium: 0,00 mg

Kalória: 671,66kcal
Energia: 2.782,80kJ
Zsír:: 30,9658 g
Fehérje: 21,6997 g
Szénhidrát: 82,7092 g
Só: 1,6757 g
Cukor: 38,1495 g
Tel.zsírsv: 2,7600 g
Kalcium: 0,00 mg

Kalória: 684,94kcal
Energia: 2.838,25 kJ
Zsír:: 27,1451 g
Fehérje: 27,7647 g
Szénhidrát: 73,1232 g
Só: 2,5750 g
Cukor: 6,2086 g
Tel.zsírsv: 9,1406 g
Kalcium: 0.00 mg

Kalória:
Energia:
Zsír::
Fehérje:
Szénhidrát:
Só:
Cukor:
Tel.zsírsv:
Kalcium:

Kalória:
Energia:
Zsír::
Fehérje:
Szénhidrát:
Só:
Cukor:
Tel.zsírsv:
Kalcium:

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: ÁLTISK/FELSŐ EBÉD "A"
Dátum: 2025/04/14

Hétfő 2025/04/14	Kedd 2025/04/15	Szerda 2025/04/16	Csütörtök 2025/04/17	Péntek 2025/04/18
Lencseleves 267 kcal A:Glutén, Tej, Zeller, Mustár, 1.090 kJ	Csontleves 203 kcal A:Glutén, Tojás, Zeller, 823 kJ	Zöldborsóleves 164 kcal A:Glutén, Zeller, 661 kJ		
Mákos metélt 416 kcal A:Glutén, Diófélék, 1.740 kJ	Fuszeres csirkecombfilé 167 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, Szezám, Szezám, 700 kJ	Brassói aprópecsenye 550 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 2.302 kJ		
Mandarin 47 kcal 196 kJ	Burgonyapüré 285 kcal A:Tej, 1.190 kJ	Csemege uborka 13 kcal A:Mustár, 53 kJ		
	Fejeskáposzta saláta 57 kcal 237 kJ	Kenyér teljeskiorlésu 120 kcal A:Glutén, 504 kJ		

Kalória: 730,00 kcal
Energia: 3.026,75 kJ
Zsír:: 24,3934 g
Fehérje: 25,7932 g
Szénhidrát: 94,7310 g
Só: 1,1110 g
Cukor: 24,1050 g
Tel.zsírsv: 3,1358 g
Kalcium: 13,00 mg

Kalória: 711,42kcal
Energia: 2.949,06kJ
Zsír:: 43,3972 g
Fehérje: 24,0455 g
Szénhidrát: 64,1970 g
Só: 2,5699 g
Cukor: 17,6030 g
Tel.zsírsv: 4,4463 g
Kalcium: 34,20 mg

Kalória: 847,74kcal
Energia: 3.519,05 kJ
Zsír:: 30,5003 g
Fehérje: 35,3614 g
Szénhidrát: 96,8728 g
Só: 2,5589 g
Cukor: 7,8436 g
Tel.zsírsv: 9,7396 g
Kalcium: 0.00 mg

Kalória:
Energia:
Zsír::
Fehérje:
Szénhidrát:
Só:
Cukor:
Tel.zsírsv:
Kalcium:

Kalória:
Energia:
Zsír::
Fehérje:
Szénhidrát:
Só:
Cukor:
Tel.zsírsv:
Kalcium:

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: ÁLTISK /FELSŐ EBÉD"B"
Dátum: 2025/04/14

Hétfő 2025/04/14	Kedd 2025/04/15	Szerda 2025/04/16	Csütörtök 2025/04/17	Péntek 2025/04/18
Lencseleves 267 kcal A:Glutén, Tej, Zeller, Mustár, 1.090 kJ	Csontleves 203 kcal A:Glutén, Tojás, Zeller, 823 kJ	Zöldborsóleves 164 kcal A:Glutén, Zeller, 661 kJ		
Mákos metélt 416 kcal A:Glutén, Diófélék, 1.740 kJ	Fuszeres csirkecombfilé 167 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, Szezámag, Szezámag, 700 kJ	Brassói aprópecsenye 374 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.566 kJ		
Mandarin 47 kcal 196 kJ	Burgonyapüré 285 kcal A:Tej, 1.190 kJ	Csemege uborka 13 kcal A:Mustár, 53 kJ		
	Fejeskáposzta saláta 57 kcal 237 kJ	Kenyér teljeskiorlésu 120 kcal A:Glutén, 504 kJ		

Kalória: 730,00 kcal
Energia: 3.026,75 kJ
Zsír:: 24,3934 g
Fehérje: 25,7932 g
Szénhidrát: 94,7310 g
Só: 1,1110 g
Cukor: 24,1050 g
Tel.zsírsv: 3,1358 g
Kalcium: 13,00 mg

Kalória: 711,42kcal
Energia: 2.949,06kJ
Zsír:: 43,3972 g
Fehérje: 24,0455 g
Szénhidrát: 64,1970 g
Só: 2,5699 g
Cukor: 17,6030 g
Tel.zsírsv: 4,4463 g
Kalcium: 34,20 mg

Kalória: 671,74kcal
Energia: 2.783,04 kJ
Zsír:: 18,1003 g
Fehérje: 35,1614 g
Szénhidrát: 79,8728 g
Só: 2,4789 g
Cukor: 13,2436 g
Tel.zsírsv: 3,1396 g
Kalcium: 0.00 mg

Kalória:
Energia:
Zsír::
Fehérje:
Szénhidrát:
Só:
Cukor:
Tel.zsírsv:
Kalcium:

Kalória:
Energia:
Zsír::
Fehérje:
Szénhidrát:
Só:
Cukor:
Tel.zsírsv:
Kalcium:

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: ÁLTISK "UZSONNA"
Dátum: 2025/04/14

Hétfő
2025/04/14

Kedd
2025/04/15

Szerda
2025/04/16

Csütörtök
2025/04/17

Péntek
2025/04/18

Tej 1,5 %-os
92 kcal
A:Tej, 385 kJ

Kocka sajt teljeskiorléstu kifli
197 kcal
A:Glutén, Tej, 824 kJ

**Trappista sajt margarin
magvas kenyér**
239 kcal
A:Glutén, 998 kJ

Sajtos rúd
207 kcal
A:Glutén, Tej, 864 kJ

Kalória: 298,63 kcal
Energia: 1.248,85 kJ
Zsír:: 13,8160 g
Fehérje: 11,9360 g
Szénhidrát: 31,0000 g
Só: 0,7040 g
Cukor: 11,2880 g
Tel.zsírsv: 7,7760 g
Kalcium: 228,00 mg

Kalória: 197,01kcal
Energia: 823,86kJ
Zsír:: 5,3095 g
Fehérje: 6,4950 g
Szénhidrát: 29,4050 g
Só: 0,5985 g
Cukor: 2,5890 g
Tel.zsírsv: 2,8935 g
Kalcium: 29,25 mg

Kalória: 238,62kcal
Energia: 997,87 kJ
Zsír:: 10,3400 g
Fehérje: 11,8700 g
Szénhidrát: 24,2750 g
Só: 1,1100 g
Cukor: 0,2650 g
Tel.zsírsv: 5,9250 g
Kalcium: 180.00 mg

Kalória:
Energia:
Zsír::
Fehérje:
Szénhidrát:
Só:
Cukor:
Tel.zsírsv:
Kalcium:

Kalória:
Energia:
Zsír::
Fehérje:
Szénhidrát:
Só:
Cukor:
Tel.zsírsv:
Kalcium:

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: ÁLTISK "UZSONNA ÉRZÉKENY"
Dátum: 2025/04/14

Hétfő
2025/04/14

Kedd
2025/04/15

Szerda
2025/04/16

Csütörtök
2025/04/17

Péntek
2025/04/18

Gyümölcs tea	
36 kcal	151 kJ

Kifli extradzsem	
167 kcal	697 kJ
A:Glutén,	

Soproni felvágott margarin magvas kenyér	
234 kcal	978 kJ
A:Glutén,	

Leveles rúd	
212 kcal	887 kJ
A:Glutén,	

Kalória: 248,40 kcal
Energia: 1.038,78 kJ
Zsír:: 10,4068 g
Fehérje: 3,4077 g
Szénhidrát: 34,4771 g
Só: 0,0700 g
Cukor: 11,1900 g
Tel.zsírsv: 5,8450 g
Kalcium:

Kalória: 166,76kcal
Energia: 697,36kJ
Zsír:: 1,8095 g
Fehérje: 4,8950 g
Szénhidrát: 91,2800 g
Só: 0,4235 g
Cukor: 64,3640 g
Tel.zsírsv: 0,6435 g
Kalcium:

Kalória: 233,96kcal
Energia: 978,41 kJ
Zsír:: 11,3400 g
Fehérje: 7,6950 g
Szénhidrát: 25,1100 g
Só: 1,1350 g
Cukor: 0,5000 g
Tel.zsírsv: 4,7350 g
Kalcium: 0.00 mg

Kalória:
Energia:
Zsír::
Fehérje:
Szénhidrát:
Só:
Cukor:
Tel.zsírsv:
Kalcium:

Kalória:
Energia:
Zsír::
Fehérje:
Szénhidrát:
Só:
Cukor:
Tel.zsírsv:
Kalcium: