

Étlap változtatás jogát fenntartjuk	Nyomtatta : Hraska Zoltán
Menü: FELNÖTT "A"	
Dátum: 2025/05/12	

Hétfő 2025/05/12	Kedd 2025/05/13	Szerda 2025/05/14	Csütörtök 2025/05/15	Péntek 2025/05/16
Palócleves 333 kcal1.367 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Sertésraguleves 176 kcal708 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Tarhonyaleves 268 kcal1.094 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Barackos almaleves 190 kcal796 kJ A:Glutén,	Csontleves 125 kcal497 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,
Káposztás kocka 752 kcal3.144 kJ A:Glutén,	Harcsapaprikás 245 kcal1.026 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Halak,	Gyros hús 180 kcal755 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, Szezámmag, Szezámmag,	Rakott kelkáposzta 523 kcal2.189 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Sült csirkecomb 464 kcal1.942 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,
Alma 78 kcal326 kJ	Tészta köret durum 449 kcal1.877 kJ A:Glutén,	Sült burgonya 620 kcal2.594 kJ	Kenyér és ásványvíz 148 kcal618 kJ A:Glutén,	Petrezselymes burgonya 319 kcal1.334 kJ
Kenyér és ásványvíz 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	Kenyér és ásványvíz 148 kcal618 kJ A:Glutén,	Friss saláta öntettel 77 kcal323 kJ A:Tej,		Fejeskáposzta saláta 70 kcal292 kJ
		Kenyér és ásványvíz 148 kcal618 kJ A:Glutén,		Kenyér és ásványvíz 148 kcal618 kJ A:Glutén,

Kalória:	1.409,46 kcal	Kalória:	1.017,46kcal	Kalória:	1.293,88kcal	Kalória:	861,76kcal	Kalória:	1.126,31kcal
Energia:	5.868,20 kJ	Energia:	4.228,91kJ	Energia:	5.384,85 kJ	Energia:	3.603,56kJ	Energia:	4.683,89 kJ
Zsír::	31,6860 g	Zsír::	31,4617 g	Zsír::	70,1435 g	Zsír::	23,7751 g	Zsír::	45,5275 g
Fehérje:	47,2640 g	Fehérje:	51,8975 g	Fehérje:	30,7630 g	Fehérje:	41,2955 g	Fehérje:	65,3685 g
Szénhidrát:	224,5690 g	Szénhidrát:	127,4556 g	Szénhidrát:	140,3570 g	Szénhidrát:	113,4195 g	Szénhidrát:	108,3168 g
Só:	5,8786 g	Só:	9,1302 g	Só:	9,1386 g	Só:	3,3546 g	Só:	8,5999 g
Cukor:	46,1310 g	Cukor:	8,4960 g	Cukor:	17,5050 g	Cukor:	32,7270 g	Cukor:	18,5050 g
Tel.zsírsav:	5,3460 g	Tel.zsírsav:	6,4850 g	Tel.zsírsav:	17,2580 g	Tel.zsírsav:	5,8830 g	Tel.zsírsav:	6,3062 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: FELNÖTT "B"
Dátum: 2025/05/12

Hétfo
2025/05/12

Kedd
2025/05/13

Szerda
2025/05/14

Csütörtök
2025/05/15

Péntek
2025/05/16

Palócleves 333 kcal1.367 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Sertésraguleves 176 kcal708 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Tarhonyaleves 268 kcal1.094 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Barackos almaleves 190 kcal796 kJ A:Glutén,	Csontleves 125 kcal497 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,
Tejberizs 530 kcal2.215 kJ A:Tej,	Rántott sertésszelet 486 kcal2.030 kJ A:Glutén, Tojás,	Sült hurka 963 kcal4.026 kJ	Borsos sertéstokány 290 kcal1.215 kJ	Marhapörkölt 429 kcal1.795 kJ
Alma 78 kcal326 kJ	Rizibizi 471 kcal1.969 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Sült kolbász 695 kcal2.906 kJ	Puliszka 351 kcal1.470 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Galuska 678 kcal2.837 kJ A:Glutén, Tojás,
Kenyér és ásványvíz 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	Savanyúság cékla 47 kcal196 kJ	Tepsis burgonya 276 kcal1.156 kJ	Kenyér és ásványvíz 148 kcal618 kJ A:Glutén,	Fejeskáposzta saláta 70 kcal292 kJ
	Kenyér és ásványvíz 148 kcal618 kJ A:Glutén,	Csemege uborka 18 kcal75 kJ A:Mustár,		Kenyér és ásványvíz 148 kcal618 kJ A:Glutén,
		Kenyér és ásványvíz 148 kcal618 kJ A:Glutén,		

Kalória:	1.187,32 kcal	Kalória:	1.326,52kcal	Kalória:	2.367,81kcal	Kalória:	980,18kcal	Kalória:	1.450,52kcal
Energia:	4.939,22 kJ	Energia:	5.521,36kJ	Energia:	9.875,93 kJ	Energia:	4.098,79kJ	Energia:	6.039,93 kJ
Zsír::	24,3410 g	Zsír::	36,0575 g	Zsír::	110,7815 g	Zsír::	26,6511 g	Zsír::	46,9896 g
Fehérje:	38,5090 g	Fehérje:	63,5477 g	Fehérje:	67,4050 g	Fehérje:	39,8485 g	Fehérje:	46,3713 g
Szénhidrát:	191,5989 g	Szénhidrát:	174,3407 g	Szénhidrát:	121,5460 g	Szénhidrát:	136,4075 g	Szénhidrát:	178,5605 g
Só:	4,3966 g	Só:	9,2497 g	Só:	12,3423 g	Só:	6,6713 g	Só:	10,5471 g
Cukor:	61,9810 g	Cukor:	14,6330 g	Cukor:	14,5450 g	Cukor:	35,9610 g	Cukor:	15,7990 g
Tel.zsírsav:	8,9360 g	Tel.zsírsav:	6,2080 g	Tel.zsírsav:	35,0980 g	Tel.zsírsav:	3,5080 g	Tel.zsírsav:	1,1472 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: FELNÖTT "C"
Dátum: 2025/05/12

Hétfo 2025/05/12	Kedd 2025/05/13	Szerda 2025/05/14	Csütörtök 2025/05/15	Péntek 2025/05/16
Sertésraguleves 176 kcal708 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Tarhonyaleves 268 kcal1.094 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Barackos almaleves 190 kcal796 kJ A:Glutén,	Csontleves 125 kcal497 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	
Rántott karfiol 511 kcal2.137 kJ A:Glutén, Tojás,	Csoben sült zöldségek 287 kcal1.200 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Rántott sajt 673 kcal2.816 kJ A:Glutén, Tej,	Gombapaprikás 165 kcal691 kJ A:Glutén, Tej,	
Rizibizi 471 kcal1.969 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Sült burgonya 620 kcal2.594 kJ	Párolt rizs 353 kcal1.477 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Galuska 678 kcal2.837 kJ A:Glutén, Tojás,	
Savanyúság cékla 47 kcal196 kJ	Friss saláta öntettel 77 kcal323 kJ A:Tej,	Tartármártás 430 kcal1.797 kJ A:Tojás, Tej, Mustár,	Kenyér és ásványvíz 148 kcal618 kJ A:Glutén,	
Kenyér és ásványvíz 148 kcal618 kJ A:Glutén,	Kenyér és ásványvíz 148 kcal618 kJ A:Glutén,	Kenyér és ásványvíz 148 kcal618 kJ A:Glutén,		

Kalória:	Kalória:	1.352,06kcal	Kalória:	1.400,38kcal	Kalória:	1.794,48kcal	Kalória:	1.116,66kcal
Energia:	Energia:	5.628,17kJ	Energia:	5.830,22 kJ	Energia:	7.504,10kJ	Energia:	4.643,73 kJ
Zsír::	Zsír::	46,2307 g	Zsír::	65,1385 g	Zsír::	85,5589 g	Zsír::	21,0528 g
Fehérje:	Fehérje:	43,8321 g	Fehérje:	37,5140 g	Fehérje:	46,2427 g	Fehérje:	32,7379 g
Szénhidrát:	Szénhidrát:	178,5630 g	Szénhidrát:	163,1470 g	Szénhidrát:	203,0531 g	Szénhidrát:	172,8425 g
Só:	Só:	8,6137 g	Só:	8,5606 g	Só:	6,8513 g	Só:	9,9181 g
Cukor:	Cukor:	18,2330 g	Cukor:	21,1300 g	Cukor:	57,9070 g	Cukor:	10,5770 g
Tel.zsírsav:	Tel.zsírsav:	5,4680 g	Tel.zsírsav:	16,8880 g	Tel.zsírsav:	25,5710 g	Tel.zsírsav:	4,0932 g