

Étlap változtatás jogát fenntartjuk	Nyomtatta : Hraska Zoltán
Menü: FELNÖTT "A"	
Dátum: 2025/06/02	

Hétfő 2025/06/02	Kedd 2025/06/03	Szerda 2025/06/04	Csütörtök 2025/06/05	Péntek 2025/06/06
Tárkonyos sertésraguleves 265 kcal A:Glutén, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, 1.083 kJ	Lebbencsleves 237 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 938 kJ	Tojásleves 269 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.097 kJ	Paradicsomleves 340 kcal A:Glutén, Tojás, Zeller, 1.344 kJ	Zöldségleves 240 kcal A:Glutén, Tej, Zeller, 969 kJ
Keménylebbencs 738 kcal A:Glutén, Tojás, 3.087 kJ	Tejszínes csirkemell 266 kcal A:Glutén, Tej, Szójabab, 1.112 kJ	Sertéshúsos zöldséges bulgur 585 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 2.446 kJ	Fuszeres csirkemell 203 kcal 848 kJ	Csirkepaprikás 448 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.872 kJ
Csemege uborka 18 kcal A:Mustár, 75 kJ	Párolt rizs 424 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.772 kJ	Fejeskáposzta saláta 70 kcal 292 kJ	Rizibizi 471 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.969 kJ	Tészta köret durum 522 kcal A:Glutén, 2.185 kJ
Kenyér 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	Kenyér 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	Kenyér 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	Vágott vegyes savanyúság 283 kcal 1.182 kJ	Kenyér és ásványvíz 148 kcal A:Glutén, 618 kJ
			Kenyér és ásványvíz 148 kcal A:Glutén, 618 kJ	

Kalória:	1.268,01 kcal	Kalória:	1.172,82kcal	Kalória:	1.169,81kcal	Kalória:	1.444,15kcal	Kalória:	1.357,87kcal
Energia:	5.276,16 kJ	Energia:	4.852,60kJ	Energia:	4.865,65 kJ	Energia:	5.961,03kJ	Energia:	5.644,67 kJ
Zsír::	41,3810 g	Zsír::	33,6665 g	Zsír::	50,4400 g	Zsír::	32,6271 g	Zsír::	54,8919 g
Fehérje:	43,1624 g	Fehérje:	45,0050 g	Fehérje:	39,7624 g	Fehérje:	46,7400 g	Fehérje:	66,4840 g
Szénhidrát:	163,8541 g	Szénhidrát:	162,5660 g	Szénhidrát:	143,6226 g	Szénhidrát:	231,2338 g	Szénhidrát:	140,2612 g
Só:	8,2208 g	Só:	8,8808 g	Só:	6,8319 g	Só:	7,6612 g	Só:	7,1954 g
Cukor:	10,1075 g	Cukor:	4,7750 g	Cukor:	12,8550 g	Cukor:	91,9260 g	Cukor:	8,8109 g
Tel.zsírsav:	8,4670 g	Tel.zsírsav:	3,6480 g	Tel.zsírsav:	5,0830 g	Tel.zsírsav:	3,4388 g	Tel.zsírsav:	8,7861 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk	Nyomtatta : Hraska Zoltán
Menü: FELNÖTT "B"	
Dátum: 2025/06/02	

Hétfő 2025/06/02	Kedd 2025/06/03	Szerda 2025/06/04	Csütörtök 2025/06/05	Péntek 2025/06/06
Tárkonyos sertésraguleves 265 kcal A:Glutén, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, 1.083 kJ	Lebbencsleves 237 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 938 kJ	Tojásleves 269 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.097 kJ	Paradicsomleves 340 kcal A:Glutén, Tojás, Zeller, 1.344 kJ	Zöldségleves 240 kcal A:Glutén, Tej, Zeller, 969 kJ
Szilvatöltelékes gombóc 743 kcal A:Glutén, 3.108 kJ	Fokhagymás sertéssült 333 kcal 1.393 kJ	Sült oldalas 688 kcal 2.875 kJ	Rakott karfiol 588 kcal A:Tej, 2.460 kJ	Vasi pecsenye 472 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, 1.972 kJ
Kenyér 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	Tört burgonya 382 kcal 1.595 kJ	Zöldbabfozelék 283 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.184 kJ	Kenyér és ásványvíz 148 kcal A:Glutén, 618 kJ	Petrezselymes burgonya 415 kcal 1.734 kJ
	Párolt fejes káposzta 219 kcal 916 kJ	Kenyér 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ		Savanyúság cékla 39 kcal 163 kJ
	Kenyér 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ			Kenyér és ásványvíz 148 kcal A:Glutén, 618 kJ

Kalória:	1.254,95 kcal	Kalória:	1.417,28kcal	Kalória:	1.485,91kcal	Kalória:	1.076,08kcal	Kalória:	1.313,00kcal
Energia:	5.221,26 kJ	Energia:	5.874,08kJ	Energia:	6.187,33 kJ	Energia:	4.422,01kJ	Energia:	5.457,02 kJ
Zsír::	28,3360 g	Zsír::	51,9676 g	Zsír::	95,9267 g	Zsír::	43,9782 g	Zsír::	37,3194 g
Fehérje:	37,0563 g	Fehérje:	43,3453 g	Fehérje:	54,9074 g	Fehérje:	43,0913 g	Fehérje:	58,5984 g
Szénhidrát:	177,0146 g	Szénhidrát:	181,7212 g	Szénhidrát:	97,1524 g	Szénhidrát:	119,7454 g	Szénhidrát:	167,7413 g
Só:	4,8898 g	Só:	10,8980 g	Só:	9,9089 g	Só:	4,3794 g	Só:	8,7897 g
Cukor:	63,6285 g	Cukor:	43,0890 g	Cukor:	19,3090 g	Cukor:	45,3060 g	Cukor:	20,9689 g
Tel.zsírsav:	6,0880 g	Tel.zsírsav:	6,1840 g	Tel.zsírsav:	5,8400 g	Tel.zsírsav:	9,3848 g	Tel.zsírsav:	8,1066 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Menü: FELNÖTT "C"

Dátum: 2025/06/02

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Hétfo 2025/06/02	Kedd 2025/06/03	Szerda 2025/06/04	Csütörtök 2025/06/05	Péntek 2025/06/06
	Lebbencsleves 237 kcal938 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Tojásleves 269 kcal1.097 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Paradicsomleves 340 kcal1.344 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller,	Zöldségleves 240 kcal969 kJ A:Glutén, Tej, Zeller,
	Mákos gubával töltött zsemle 712 kcal2.977 kJ A:Glutén, Tej, Diófélék,	Zöldségropogós 391 kcal1.637 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Rakott karfiol zöldséges 450 kcal1.882 kJ A:Tojás, Tej,	Zöldborsó pörkölt 163 kcal682 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,
	Vanília sodó 121 kcal507 kJ A:Tej,	Zöldbabfozelék 283 kcal1.184 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Kenyér és ásványvíz 148 kcal618 kJ A:Glutén,	Tészta köret durum 522 kcal2.185 kJ A:Glutén,
	Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,		Kenyér és ásványvíz 148 kcal618 kJ A:Glutén,

Kalória:	Kalória:	1.316,25kcal	Kalória:	1.189,76kcal	Kalória:	937,94kcal	Kalória:	1.073,15kcal
Energia:	Energia:	5.452,42kJ	Energia:	4.948,98 kJ	Energia:	3.844,35kJ	Energia:	4.453,97 kJ
Zsír::	Zsír::	44,5592 g	Zsír::	57,7731 g	Zsír::	33,0260 g	Zsír::	32,7066 g
Fehérje:	Fehérje:	36,4275 g	Fehérje:	26,7697 g	Fehérje:	32,0414 g	Fehérje:	35,5891 g
Szénhidrát:	Szénhidrát:	185,8999 g	Szénhidrát:	136,1311 g	Szénhidrát:	124,5856 g	Szénhidrát:	143,5462 g
Só:	Só:	5,1894 g	Só:	9,2962 g	Só:	6,0384 g	Só:	4,7645 g
Cukor:	Cukor:	48,6936 g	Cukor:	22,6780 g	Cukor:	46,7830 g	Cukor:	14,8399 g
Tel.zsírsav:	Tel.zsírsav:	4,7764 g	Tel.zsírsav:	9,4830 g	Tel.zsírsav:	12,6338 g	Tel.zsírsav:	5,0516 g