

Étlap változtatás jogát fenntartjuk Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: FELNÖTT "A"
Dátum: 2025/07/14

Hétfő 2025/07/14	Kedd 2025/07/15	Szerda 2025/07/16	Csütörtök 2025/07/17	Péntek 2025/07/18
Tárkonyos sertésraguleves 322 kcal1.270 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	Lebbencsleves 234 kcal927 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Daragaluska leves 102 kcal347 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Paradicsomleves 366 kcal1.454 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller,	Zöldségleves 236 kcal952 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,
Keménylebbencs 675 kcal2.821 kJ A:Glutén, Tojás,	Fuszeres csirkemell 309 kcal1.294 kJ	Sült oldalas 696 kcal2.911 kJ	Sertésflekken 385 kcal1.610 kJ A:Mustár,	Csirkepörkölt 232 kcal969 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,
Csemege uborka 18 kcal75 kJ A:Mustár,	Rizibizi 471 kcal1.969 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Zöldbabfozelék 296 kcal1.239 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Tört burgonya 282 kcal1.179 kJ	Tészta köret durum 532 kcal2.223 kJ A:Glutén,
Ásványvíz	Friss saláta 7 kcal27 kJ	Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	Csemege uborka 18 kcal75 kJ A:Mustár,	Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,
	Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,		Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	

Kalória:	1.015,12 kcal	Kalória:	1.267,20kcal	Kalória:	1.340,61kcal	Kalória:	1.297,81kcal	Kalória:	1.245,40kcal
Energia:	4.166,93 kJ	Energia:	5.247,06kJ	Energia:	5.527,95 kJ	Energia:	5.349,07kJ	Energia:	5.174,34 kJ
Zsír::	38,1739 g	Zsír::	44,2661 g	Zsír::	78,1385 g	Zsír::	54,0547 g	Zsír::	51,2146 g
Fehérje:	37,8090 g	Fehérje:	51,3840 g	Fehérje:	47,0441 g	Fehérje:	37,5951 g	Fehérje:	46,9121 g
Szénhidrát:	113,9185 g	Szénhidrát:	156,0418 g	Szénhidrát:	101,8497 g	Szénhidrát:	152,9708 g	Szénhidrát:	153,7382 g
Só:	7,3989 g	Só:	9,9613 g	Só:	10,2678 g	Só:	10,2964 g	Só:	9,8014 g
Cukor:	12,3040 g	Cukor:	7,5940 g	Cukor:	19,5460 g	Cukor:	38,1430 g	Cukor:	13,4759 g
Tel.zsírsav:	8,8340 g	Tel.zsírsav:	4,8180 g	Tel.zsírsav:	5,5120 g	Tel.zsírsav:	6,9778 g	Tel.zsírsav:	6,8150 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk	Nyomtatta : Hraska Zoltán
Menü: FELNÖTT "B"	
Dátum: 2025/07/14	

Hétfő 2025/07/14	Kedd 2025/07/15	Szerda 2025/07/16	Csütörtök 2025/07/17	Péntek 2025/07/18
Tárkonyos sertésraguleves 322 kcal1.270 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	Lebbencsleves 234 kcal927 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Daragaluska leves 102 kcal347 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Paradicsomleves 366 kcal1.454 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller,	Zöldségleves 236 kcal952 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,
Túrótöltelkes gombóc 1.377 kcal5.757 kJ A:Glutén, Tojás, Tej,	Rántott sajt 673 kcal2.816 kJ A:Glutén, Tej,	Zöldségropogós 377 kcal1.578 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Spenótos tészta 589 kcal2.465 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	Csoben sült zöldségek 255 kcal1.064 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,
Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	Sült burgonya 861 kcal3.601 kJ	Zöldséges bulgur 373 kcal1.560 kJ A:Glutén,	Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	Párolt rizs 424 kcal1.772 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,
	Tartármártás 543 kcal2.272 kJ A:Tojás, Tej, Mustár,	Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,		Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,
	Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,			

Kalória:	1.945,54 kcal	Kalória:	2.558,21kcal	Kalória:	1.098,74kcal	Kalória:	1.202,07kcal	Kalória:	1.160,57kcal
Energia:	8.057,87 kJ	Energia:	10.646,16kJ	Energia:	4.516,77 kJ	Energia:	4.948,89kJ	Energia:	4.819,56 kJ
Zsír::	66,5949 g	Zsír::	147,8898 g	Zsír::	33,5428 g	Zsír::	36,0705 g	Zsír::	30,5816 g
Fehérje:	58,7480 g	Fehérje:	54,2092 g	Fehérje:	28,5083 g	Fehérje:	33,7220 g	Fehérje:	37,4911 g
Szénhidrát:	280,9872 g	Szénhidrát:	205,9026 g	Szénhidrát:	170,2196 g	Szénhidrát:	176,1280 g	Szénhidrát:	175,7402 g
Só:	10,7479 g	Só:	12,0765 g	Só:	8,5171 g	Só:	4,7262 g	Só:	10,1617 g
Cukor:	63,3210 g	Cukor:	31,7410 g	Cukor:	6,1925 g	Cukor:	31,3980 g	Cukor:	11,3189 g
Tel.zsírsav:	17,4030 g	Tel.zsírsav:	32,5780 g	Tel.zsírsav:	5,1920 g	Tel.zsírsav:	6,9078 g	Tel.zsírsav:	5,3680 g