

Étlap változtatás jogát fenntartjuk Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: FELNÖTT "A"
Dátum: 2025/09/22

Hétfo 2025/09/22	Kedd 2025/09/23	Szerda 2025/09/24	Csütörtök 2025/09/25	Péntek 2025/09/26
Natúr sertésszelet 206 kcal A:Glutén, 861 kJ	Fahéjas szilvaleves 327 kcal A:Glutén, 1.368 kJ	Paradicsomleves 364 kcal A:Glutén, Tojás, Zeller, 1.446 kJ	Csontleves 193 kcal A:Glutén, Zeller, 769 kJ	Csirkeraguleves 248 kcal A:Glutén, Tojás, Zeller, 1.012 kJ
Sóskafozelék 369 kcal A:Glutén, Tej, 1.541 kJ	Tejszínes csirkemell 302 kcal A:Glutén, Tej, Szójabab, 1.264 kJ	Rántott pulykamell 449 kcal A:Glutén, Tojás, 1.878 kJ	Sertéspörkölt 245 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.023 kJ	Fokhagymás sertéssült 258 kcal 1.077 kJ
Kenyér és ásványvíz 148 kcal A:Glutén, 618 kJ	Párolt rizs 424 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.772 kJ	Zöldséges bulgur 366 kcal A:Glutén, 1.530 kJ	Sárgaborsó fozelék 482 kcal A:Glutén, 2.017 kJ	Sült zöldségek 266 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.114 kJ
Gombás zöldségleves 156 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 622 kJ	Kenyér és ásványvíz 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	Kenyér és ásványvíz 148 kcal A:Glutén, 618 kJ	Kenyér és ásványvíz 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	Kenyér és ásványvíz 148 kcal A:Glutén, 618 kJ

Kalória:	878,55 kcal	Kalória:	1.299,79kcal	Kalória:	1.327,30kcal	Kalória:	1.166,61kcal	Kalória:	920,28kcal
Energia:	3.642,78 kJ	Energia:	5.435,12kJ	Energia:	5.472,61 kJ	Energia:	4.839,43kJ	Energia:	3.822,37 kJ
Zsír::	37,0942 g	Zsír::	23,8798 g	Zsír::	42,2905 g	Zsír::	49,3292 g	Zsír::	45,2897 g
Fehérje:	36,9866 g	Fehérje:	45,9995 g	Fehérje:	54,8725 g	Fehérje:	51,1981 g	Fehérje:	44,0979 g
Szénhidrát:	90,8288 g	Szénhidrát:	213,4239 g	Szénhidrát:	186,4735 g	Szénhidrát:	116,5715 g	Szénhidrát:	76,3904 g
Só:	6,3721 g	Só:	4,9758 g	Só:	5,9229 g	Só:	5,0600 g	Só:	10,0562 g
Cukor:	37,0036 g	Cukor:	61,2590 g	Cukor:	26,7465 g	Cukor:	5,9145 g	Cukor:	10,3630 g
Tel.zsírsav:	9,1605 g	Tel.zsírsav:	2,3550 g	Tel.zsírsav:	9,0100 g	Tel.zsírsav:	6,3545 g	Tel.zsírsav:	7,3966 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk	Nyomtatta : Hraska Zoltán
Menü: FELNÖTT "B"	
Dátum: 2025/09/22	

Hétfo 2025/09/22	Kedd 2025/09/23	Szerda 2025/09/24	Csütörtök 2025/09/25	Péntek 2025/09/26
Paprikás burgonya kolbásszal 425 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.777 kJ	Fahéjas szilvaleves 327 kcal A:Glutén, 1.368 kJ	Paradicsomleves 364 kcal A:Glutén, Tojás, Zeller, 1.446 kJ	Csontleves 193 kcal A:Glutén, Zeller, 769 kJ	Csirkeraguleves 248 kcal A:Glutén, Tojás, Zeller, 1.012 kJ
Csemege uborka 18 kcal A:Mustár, 75 kJ	Töltött dagadó 834 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 3.487 kJ	Csülök Pékné módra 1.112 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 4.650 kJ	Csirkemell paradicsommal sajtjal 351 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.466 kJ	Natúr sertésszelet 247 kcal A:Glutén, 1.034 kJ
Kenyér és ásványvíz 148 kcal A:Glutén, 618 kJ	Burgonya és párolt káposzta 386 kcal 1.615 kJ	Kenyér és ásványvíz 148 kcal A:Glutén, 618 kJ	Petrezselymes rizs 440 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.841 kJ	Vadas mártás 268 kcal A:Glutén, Tej, Mustár, 1.121 kJ
Gombás zöldségleves 156 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 622 kJ	Kenyér és ásványvíz 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ		Kenyér és ásványvíz 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	Tészta köret durum 524 kcal A:Glutén, 2.193 kJ
				Kenyér és ásványvíz 148 kcal A:Glutén, 618 kJ

Kalória:	747,12 kcal	Kalória:	1.793,71kcal	Kalória:	1.624,36kcal	Kalória:	1.230,51kcal	Kalória:	1.435,81kcal
Energia:	3.093,15 kJ	Energia:	7.500,54kJ	Energia:	6.714,86 kJ	Energia:	5.106,85kJ	Energia:	5.978,26 kJ
Zsír::	27,1517 g	Zsír::	87,9590 g	Zsír::	92,8295 g	Zsír::	44,8080 g	Zsír::	66,7238 g
Fehérje:	21,5681 g	Fehérje:	41,4262 g	Fehérje:	47,2845 g	Fehérje:	57,1455 g	Fehérje:	57,4928 g
Szénhidrát:	91,4508 g	Szénhidrát:	205,9775 g	Szénhidrát:	136,0375 g	Szénhidrát:	144,7810 g	Szénhidrát:	146,4815 g
Só:	6,5683 g	Só:	7,6546 g	Só:	4,9554 g	Só:	8,8180 g	Só:	11,0899 g
Cukor:	16,3246 g	Cukor:	75,0290 g	Cukor:	35,9065 g	Cukor:	4,4705 g	Cukor:	18,9170 g
Tel.zsírsav:	4,9200 g	Tel.zsírsav:	33,6680 g	Tel.zsírsav:	8,4355 g	Tel.zsírsav:	11,3830 g	Tel.zsírsav:	11,5706 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk	Nyomtatta : Hraska Zoltán
Menü: FELNÖTT "C"	
Dátum: 2025/09/22	

Hétfő 2025/09/22	Kedd 2025/09/23	Szerda 2025/09/24	Csütörtök 2025/09/25	Péntek 2025/09/26
Bundás zsemle 294 kcal A:Glutén, Tojás, 1.231 kJ	Fahéjas szilvaleves 327 kcal A:Glutén, 1.368 kJ	Paradicsomleves 364 kcal A:Glutén, Tojás, Zeller, 1.446 kJ	Csontleves 193 kcal A:Glutén, Zeller, 769 kJ	Csirkeraguleves 248 kcal A:Glutén, Tojás, Zeller, 1.012 kJ
Sóskafozelék 369 kcal A:Glutén, Tej, 1.541 kJ	Rántott padlizsán 500 kcal A:Glutén, Tojás, 2.090 kJ	Grill camembert sajt 85 kcal A:Tej, 356 kJ	Karfiol fasírt 415 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.685 kJ	Darás metélt extradzsemmel 1.177 kcal A:Glutén, 4.922 kJ
Kenyér és ásványvíz 148 kcal A:Glutén, 618 kJ	Svéd gombasaláta 270 kcal 1.129 kJ	Zöldséges bulgur 366 kcal A:Glutén, 1.530 kJ	Sárgaborsó fozelék 482 kcal A:Glutén, 2.017 kJ	Kenyér és ásványvíz 148 kcal A:Glutén, 618 kJ
Gombás zöldségleves 156 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 622 kJ	Kenyér és ásványvíz 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	Kenyér és ásványvíz 148 kcal A:Glutén, 618 kJ	Kenyér és ásványvíz 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	

Kalória:	967,22 kcal	Kalória:	1.343,55kcal	Kalória:	963,39kcal	Kalória:	1.337,33kcal	Kalória:	1.573,26kcal
Energia:	4.013,62 kJ	Energia:	5.618,01kJ	Energia:	3.950,79 kJ	Energia:	5.501,34kJ	Energia:	6.553,20 kJ
Zsír::	44,2537 g	Zsír::	41,9019 g	Zsír::	33,2680 g	Zsír::	55,7937 g	Zsír::	63,6490 g
Fehérje:	21,1341 g	Fehérje:	26,8550 g	Fehérje:	23,3420 g	Fehérje:	39,9950 g	Fehérje:	38,4630 g
Szénhidrát:	117,8723 g	Szénhidrát:	212,1507 g	Szénhidrát:	144,4821 g	Szénhidrát:	153,5731 g	Szénhidrát:	214,3720 g
Só:	4,6876 g	Só:	7,4165 g	Só:	3,2197 g	Só:	4,9732 g	Só:	8,9109 g
Cukor:	37,0646 g	Cukor:	89,9990 g	Cukor:	26,3646 g	Cukor:	9,9965 g	Cukor:	70,5670 g
Tel.zsírsav:	8,4210 g	Tel.zsírsav:	4,6300 g	Tel.zsírsav:	5,5775 g	Tel.zsírsav:	5,5580 g	Tel.zsírsav:	7,4616 g