

Étlap változtatás jogát fenntartjuk Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: FELNÖTT "A"
Dátum: 2025/10/13

Hétfő 2025/10/13	Kedd 2025/10/14	Szerda 2025/10/15	Csütörtök 2025/10/16	Péntek 2025/10/17
Burgonyaleves magyaros 226 kcal920 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Karfiolleves tejfölös 266 kcal1.113 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Csontleves 210 kcal840 kJ A:Glutén, Zeller,	Gyümölcsleves 270 kcal1.127 kJ A:Glutén,	Sertés gulyásleves 269 kcal1.100 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller,
Natúr sertésszelet 247 kcal1.034 kJ A:Glutén,	Bolognai spagetti 766 kcal3.203 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Tejszínes kukoricás csirke 246 kcal1.029 kJ A:Glutén, Tej, Szójabab,	Rántott csirke 854 kcal3.571 kJ A:Glutén, Tojás,	Túrós csusza 766 kcal3.202 kJ A:Glutén, Tojás, Tej,
Zöldborsó fozelék 447 kcal1.792 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Kenyér és ásványvíz 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	Párolt rizs 424 kcal1.772 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Petrezselymes burgonya 319 kcal1.334 kJ	Kenyér és ásványvíz 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,
Almás pite 208 kcal871 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Földimogyoró, Szójabab, Diófélék, Szezámmag,		Kenyér és ásványvíz 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	Fejeskáposzta saláta 154 kcal644 kJ	
Kenyér és ásványvíz 148 kcal618 kJ A:Glutén,			Kenyér és ásványvíz 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	

Kalória:	1.276,69 kcal	Kalória:	1.278,59kcal	Kalória:	1.126,73kcal	Kalória:	1.843,43kcal	Kalória:	1.281,44kcal
Energia:	5.234,94 kJ	Energia:	5.346,48kJ	Energia:	4.672,56 kJ	Energia:	7.706,85kJ	Energia:	5.332,85 kJ
Zsír::	41,7750 g	Zsír::	41,3482 g	Zsír::	31,7635 g	Zsír::	135,7906 g	Zsír::	48,9270 g
Fehérje:	50,7750 g	Fehérje:	52,5023 g	Fehérje:	42,7586 g	Fehérje:	70,9090 g	Fehérje:	58,4600 g
Szénhidrát:	155,8980 g	Szénhidrát:	167,7713 g	Szénhidrát:	160,8312 g	Szénhidrát:	234,0453 g	Szénhidrát:	145,8430 g
Só:	8,0661 g	Só:	5,8905 g	Só:	10,1497 g	Só:	6,9795 g	Só:	4,3679 g
Cukor:	74,1810 g	Cukor:	32,4120 g	Cukor:	7,6475 g	Cukor:	94,0690 g	Cukor:	14,6660 g
Tel.zsírsav:	8,8800 g	Tel.zsírsav:	11,6955 g	Tel.zsírsav:	2,8395 g	Tel.zsírsav:	34,3500 g	Tel.zsírsav:	19,3118 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk	Nyomtatta : Hraska Zoltán
Menü: FELNÖTT "B"	
Dátum: 2025/10/13	

Hétfo 2025/10/13	Kedd 2025/10/14	Szerda 2025/10/15	Csütörtök 2025/10/16	Péntek 2025/10/17
Burgonyaleves magyaros 226 kcal920 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Karfiolleves tejfölös 266 kcal1.113 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Csontleves 210 kcal840 kJ A:Glutén, Zeller,	Gyümölcsleves 270 kcal1.127 kJ A:Glutén,	Sertés gulyásleves 269 kcal1.100 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller,
Hentes tokány 309 kcal1.291 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Fuszeres csirkecombfilé 163 kcal679 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, Szezámmag, Szezámmag,	Pacal pörkölt 161 kcal673 kJ	Borsos sertéstokány 297 kcal1.242 kJ	Almás rétes 252 kcal1.055 kJ A:Glutén,
Petrezselymes rizs 399 kcal1.668 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Bulgursaláta 392 kcal1.614 kJ A:Glutén,	Sós burgonya 329 kcal1.376 kJ	Puliszka 424 kcal1.773 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Meggyes rétes 284 kcal1.189 kJ A:Glutén,
Almás pite 208 kcal871 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Földimogyoró, Szójabab, Diófélék, Szezámmag,	Kenyér és ásványvíz 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	Csemege uborka 18 kcal75 kJ A:Mustár,	Kenyér és ásványvíz 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	Kenyér és ásványvíz 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,
Kenyér és ásványvíz 148 kcal618 kJ A:Glutén,		Kenyér és ásványvíz 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,		

Kalória:	1.289,99 kcal	Kalória:	1.067,52kcal	Kalória:	964,70kcal	Kalória:	1.237,55kcal	Kalória:	1.052,17kcal
Energia:	5.368,60 kJ	Energia:	4.437,60kJ	Energia:	3.995,04 kJ	Energia:	5.172,85kJ	Energia:	4.374,05 kJ
Zsír::	40,7245 g	Zsír::	48,0954 g	Zsír::	30,9052 g	Zsír::	31,4393 g	Zsír::	35,1390 g
Fehérje:	47,8265 g	Fehérje:	40,0035 g	Fehérje:	23,6516 g	Fehérje:	39,1163 g	Fehérje:	32,1000 g
Szénhidrát:	172,4380 g	Szénhidrát:	133,3374 g	Szénhidrát:	138,5478 g	Szénhidrát:	190,2208 g	Szénhidrát:	145,2310 g
Só:	9,3473 g	Só:	6,9756 g	Só:	13,0799 g	Só:	7,9618 g	Só:	2,8519 g
Cukor:	25,9880 g	Cukor:	4,6710 g	Cukor:	18,8845 g	Cukor:	60,1500 g	Cukor:	30,1540 g
Tel.zsírsav:	7,7145 g	Tel.zsírsav:	6,9085 g	Tel.zsírsav:	1,4755 g	Tel.zsírsav:	3,3400 g	Tel.zsírsav:	14,0818 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: FELNÖTT "C"
Dátum: 2025/10/13

Hétfo 2025/10/13	Kedd 2025/10/14	Szerda 2025/10/15	Csütörtök 2025/10/16	Péntek 2025/10/17
Burgonyaleves magyaros 226 kcal920 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Karfiolleves tejfölös 266 kcal1.113 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Csontleves 210 kcal840 kJ A:Glutén, Zeller,	Gyümölcsleves 270 kcal1.127 kJ A:Glutén,	
Zöldségropogós 364 kcal1.522 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Cukkinis tészta 539 kcal2.228 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	Grill zöldségek 155 kcal622 kJ	Rántott gomba 497 kcal2.078 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	
Zöldborsó fozelék 447 kcal1.792 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Kenyér és ásványvíz 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	Párolt rizs 424 kcal1.772 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Petrezselymes burgonya 319 kcal1.334 kJ	
Almás pite 208 kcal871 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Földimogyoró, Szójabab, Diófélék, Szezámag,		Kenyér és ásványvíz 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	Tartármártás 543 kcal2.272 kJ A:Tojás, Tej, Mustár,	
Kenyér és ásványvíz 148 kcal618 kJ A:Glutén,			Kenyér és ásványvíz 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	

Kalória:	1.393,49 kcal	Kalória:	1.051,55kcal	Kalória:	1.035,39kcal	Kalória:	1.875,66kcal	Kalória:
Energia:	5.723,38 kJ	Energia:	4.371,48kJ	Energia:	4.264,75 kJ	Energia:	7.841,63kJ	Energia:
Zsír::	47,4478 g	Zsír::	29,6293 g	Zsír::	27,7103 g	Zsír::	90,3112 g	Zsír::
Fehérje:	35,7613 g	Fehérje:	43,9574 g	Fehérje:	37,1815 g	Fehérje:	28,4634 g	Fehérje:
Szénhidrát:	185,9991 g	Szénhidrát:	151,7370 g	Szénhidrát:	162,7844 g	Szénhidrát:	230,8392 g	Szénhidrát:
Só:	6,3234 g	Só:	3,8326 g	Só:	8,0172 g	Só:	10,4858 g	Só:
Cukor:	77,4350 g	Cukor:	9,2440 g	Cukor:	7,8055 g	Cukor:	92,2790 g	Cukor:
Tel.zsírsav:	9,5580 g	Tel.zsírsav:	6,4990 g	Tel.zsírsav:	2,6345 g	Tel.zsírsav:	12,8200 g	Tel.zsírsav: