

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: FELNÖTT "A"
Dátum: 2026/02/09

Hétfo 2026/02/09	Kedd 2026/02/10	Szerda 2026/02/11	Csütörtök 2026/02/12	Péntek 2026/02/13
Tárkonyos sertésraguleves 250 kcal A:Glutén, Tej, Zeller, Mustár, 1.013 kJ	Lebbencsleves 187 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 730 kJ	Tojásleves 279 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.114 kJ	Paradicsomleves 299 kcal A:Glutén, Zeller, 1.170 kJ	Zöldségleves 150 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 589 kJ
Burgonyás kocka tészta 745 kcal A:Glutén, 3.114 kJ	Mézes mustáros csirkeragu 240 kcal A:Glutén, Tej, Mustár, Szójabab, 1.002 kJ	Sertéshúsos zöldséges bulgur 499 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 2.085 kJ	Magyaros sertéssült 271 kcal A:Glutén, 1.135 kJ	Csirkepörkölt 339 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.418 kJ
Kenyér 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	Párolt rizs 424 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.772 kJ	Vegyes vágott saláta 65 kcal 272 kJ	Kukoricás rizs 448 kcal 1.875 kJ	Tészta köret durum 440 kcal A:Glutén, 1.839 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	Fánk 237 kcal A:Glutén, Tej, Szójabab, 989 kJ
				Kenyér 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ

Kalória:	1.241,40 kcal	Kalória:	1.096,88kcal	Kalória:	1.089,09kcal	Kalória:	1.264,77kcal	Kalória:	1.412,05kcal
Energia:	5.157,44 kJ	Energia:	4.535,01kJ	Energia:	4.502,18 kJ	Energia:	5.211,10kJ	Energia:	5.866,03 kJ
Zsír::	23,2588 g	Zsír::	22,2960 g	Zsír::	40,5892 g	Zsír::	32,5010 g	Zsír::	48,2690 g
Fehérje:	46,1175 g	Fehérje:	41,8255 g	Fehérje:	40,7993 g	Fehérje:	44,9962 g	Fehérje:	65,7252 g
Szénhidrát:	200,9333 g	Szénhidrát:	171,6060 g	Szénhidrát:	144,5377 g	Szénhidrát:	190,3702 g	Szénhidrát:	176,2328 g
Só:	8,4151 g	Só:	10,4383 g	Só:	10,3459 g	Só:	10,7650 g	Só:	13,4693 g
Cukor:	16,9819 g	Cukor:	10,0300 g	Cukor:	10,0610 g	Cukor:	32,1794 g	Cukor:	20,5616 g
Tel.zsírsv:	4,7230 g	Tel.zsírsv:	2,4785 g	Tel.zsírsv:	5,0830 g	Tel.zsírsv:	5,3550 g	Tel.zsírsv:	64,1995 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: FELNÖTT "B"
Dátum: 2026/02/09

Hétfo 2026/02/09	Kedd 2026/02/10	Szerda 2026/02/11	Csütörtök 2026/02/12	Péntek 2026/02/13
Tárkonyos sertésraguleves 250 kcal A:Glutén, Tej, Zeller, Mustár, 1.013 kJ	Lebbencsleves 187 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 730 kJ	Tojásleves 279 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.114 kJ	Paradicsomleves 299 kcal A:Glutén, Zeller, 1.170 kJ	Zöldségleves 150 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 589 kJ
Szilvatöltelékes gombóc 683 kcal A:Glutén, 2.854 kJ	Lyoni hagymás tarja 443 kcal A:Glutén, 1.853 kJ	Fasírt 576 kcal A:Glutén, Tojás, 2.408 kJ	Rakott karfiol 534 kcal A:Tej, 2.233 kJ	Sertés szelet jóasszony módra 520 kcal 2.174 kJ
Kenyér 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	Sült burgonya 530 kcal 2.217 kJ	Zöldbabfozelék 264 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.103 kJ	Kenyér 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	Sült burgonya 447 kcal 1.871 kJ
	Kenyér 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	Kenyér 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ		Fánk 237 kcal A:Glutén, Tej, Szójabab, 989 kJ
				Kenyér 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ

Kalória:	1.179,41 kcal	Kalória:	1.406,66kcal	Kalória:	1.365,01kcal	Kalória:	1.078,92kcal	Kalória:	1.600,44kcal
Energia:	4.897,69 kJ	Energia:	5.830,48kJ	Energia:	5.656,03 kJ	Energia:	4.433,90kJ	Energia:	6.653,87 kJ
Zsír::	25,8954 g	Zsír::	60,2210 g	Zsír::	71,0030 g	Zsír::	39,9520 g	Zsír::	78,9155 g
Fehérje:	35,7085 g	Fehérje:	45,4292 g	Fehérje:	45,1465 g	Fehérje:	44,2320 g	Fehérje:	50,2097 g
Szénhidrát:	171,2226 g	Szénhidrát:	155,5732 g	Szénhidrát:	135,0504 g	Szénhidrát:	129,2530 g	Szénhidrát:	162,6348 g
Só:	8,1321 g	Só:	9,6359 g	Só:	11,2619 g	Só:	9,8006 g	Só:	10,4697 g
Cukor:	57,3589 g	Cukor:	14,4874 g	Cukor:	18,5030 g	Cukor:	34,1620 g	Cukor:	32,4446 g
Tel.zsírsav:	4,8320 g	Tel.zsírsav:	9,4010 g	Tel.zsírsav:	10,2490 g	Tel.zsírsav:	10,7250 g	Tel.zsírsav:	69,9450 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: FELNÖTT "C"
Dátum: 2026/02/09

Hétfo 2026/02/09	Kedd 2026/02/10	Szerda 2026/02/11	Csütörtök 2026/02/12	Péntek 2026/02/13
	Lebbencsleves 187 kcal730 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Tojásleves 279 kcal1.114 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Paradicsomleves 299 kcal1.170 kJ A:Glutén, Zeller,	Zöldségleves 150 kcal589 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,
	Édesburgonya fasírt 428 kcal1.740 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Csicseriborsó fasírt 540 kcal2.259 kJ A:Glutén,	Rakott karfiol zöldséges 476 kcal1.990 kJ A:Tojás, Tej,	Gombapörkölt 113 kcal448 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,
	Francia saláta 424 kcal1.772 kJ A:Tojás, Tej, Mustár,	Zöldbabfozelék 264 kcal1.103 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	Tészta köret durum 440 kcal1.839 kJ A:Glutén,
	Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,		Fánk 237 kcal989 kJ A:Glutén, Tej, Szójabab,
				Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,

Kalória:		Kalória:	1.285,64kcal	Kalória:	1.329,46kcal	Kalória:	1.020,97kcal	Kalória:	1.186,34kcal
Energia:		Energia:	5.272,37kJ	Energia:	5.507,40 kJ	Energia:	4.191,54kJ	Energia:	4.896,14 kJ
Zsír::		Zsír::	51,6392 g	Zsír::	70,7797 g	Zsír::	32,3640 g	Zsír::	36,8685 g
Fehérje:		Fehérje:	29,1412 g	Fehérje:	32,2473 g	Fehérje:	36,3454 g	Fehérje:	31,5667 g
Szénhidrát:		Szénhidrát:	161,9000 g	Szénhidrát:	141,6922 g	Szénhidrát:	141,5256 g	Szénhidrát:	180,6968 g
Só:		Só:	9,5878 g	Só:	10,4919 g	Só:	8,1346 g	Só:	13,1455 g
Cukor:		Cukor:	28,8870 g	Cukor:	25,9370 g	Cukor:	38,7690 g	Cukor:	23,2346 g
Tel.zsírsav:		Tel.zsírsav:	13,7870 g	Tel.zsírsav:	9,2200 g	Tel.zsírsav:	12,2240 g	Tel.zsírsav:	61,5430 g