

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: FELNÖTT "A"
Dátum: 2026/04/20

Hétfő 2026/04/20	Kedd 2026/04/21	Szerda 2026/04/22	Csütörtök 2026/04/23	Péntek 2026/04/24
Gombás zöldségleves 151 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 601 kJ	Fahéjas szilvaleves 319 kcal A:Glutén, 1.334 kJ	Paradicsomleves 356 kcal A:Glutén, Zeller, 1.411 kJ	Csontleves 193 kcal A:Glutén, Zeller, 769 kJ	Sertés gulyásleves 250 kcal A:Glutén, Tojás, Zeller, 1.018 kJ
Sóskafozelék 374 kcal A:Glutén, Tej, 1.564 kJ	Tejszínes csirkemell 278 kcal A:Glutén, Tej, Szójabab, 1.164 kJ	Rántott csirkecomb 433 kcal A:Glutén, Tojás, 1.809 kJ	Sertéspörkölt 227 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 951 kJ	Túrós derelye 1.179 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, 4.932 kJ
Natúr sertésszelet 234 kcal A:Glutén, 980 kJ	Párolt rizs 344 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.440 kJ	Zöldséges bulgur 331 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.386 kJ	Sárgaborsó fozelék 326 kcal A:Glutén, 1.364 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	Csemege uborka 18 kcal A:Mustár, 75 kJ	Kenyér 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	
		Kenyér 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ		

Kalória: 1.006,07 kcal
Energia: 4.176,08 kJ
Zsír:: 38,7702 g
Fehérje: 43,9576 g
Szénhidrát: 111,7428 g
Só: 10,2995 g
Cukor: 36,8476 g
Tel.zsírsv: 9,8185 g

Kalória: 1.188,19kcal
Energia: 4.968,42kJ
Zsír:: 23,7958 g
Fehérje: 39,5995 g
Szénhidrát: 193,3839 g
Só: 10,1518 g
Cukor: 59,6790 g
Tel.zsírsv: 2,4990 g

Kalória: 1.384,69kcal
Energia: 5.712,60 kJ
Zsír:: 51,8975 g
Fehérje: 46,0329 g
Szénhidrát: 199,5196 g
Só: 12,3133 g
Cukor: 28,6720 g
Tel.zsírsv: 5,8215 g

Kalória: 993,22kcal
Energia: 4.114,35kJ
Zsír:: 39,4167 g
Fehérje: 42,6781 g
Szénhidrát: 105,8415 g
Só: 10,5340 g
Cukor: 5,9145 g
Tel.zsírsv: 3,9805 g

Kalória: 1.675,37kcal
Energia: 6.980,21 kJ
Zsír:: 44,2970 g
Fehérje: 61,2450 g
Szénhidrát: 261,9230 g
Só: 9,0379 g
Cukor: 44,3760 g
Tel.zsírsv: 12,9168 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: FELNŐTT "B"
Dátum: 2026/04/20

Hétfő 2026/04/20	Kedd 2026/04/21	Szerda 2026/04/22	Csütörtök 2026/04/23	Péntek 2026/04/24
Gombás zöldségleves 151 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 601 kJ	Fahéjas szilvaleves 319 kcal A:Glutén, 1.334 kJ	Paradicsomleves 356 kcal A:Glutén, Zeller, 1.411 kJ	Csontleves 193 kcal A:Glutén, Zeller, 769 kJ	Sertés gulyásleves 250 kcal A:Glutén, Tojás, Zeller, 1.018 kJ
Majorannás sertéstokány 288 kcal A:Glutén, 1.203 kJ	Mustáros halfilé 269 kcal A:Glutén, Mustár, Halak, 1.123 kJ	Sült oldalas 519 kcal 2.169 kJ	Konviktsi sertésszelet 279 kcal A:Tej, 1.168 kJ	Darás metélt extradzsemmel 863 kcal A:Glutén, 3.610 kJ
Tört burgonya 318 kcal 1.329 kJ	Petrezselymes burgonya 413 kcal 1.727 kJ	Burgonyapüré 343 kcal A:Tej, 1.434 kJ	Párolt rizs 424 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.772 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	Csemege uborka 18 kcal A:Mustár, 75 kJ	Kenyér 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	
	Friss saláta 158 kcal A:Mustár, 660 kJ	Kenyér 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ		

Kalória: 1.003,08 kcal
Energia: 4.163,10 kJ
Zsír:: 36,5960 g
Fehérje: 41,0157 g
Szénhidrát: 116,8680 g
Só: 10,4020 g
Cukor: 13,5606 g
Tel.zsírsv: 4,4745 g

Kalória: 1.404,84kcal
Energia: 5.874,40kJ
Zsír:: 21,9623 g
Fehérje: 51,7895 g
Szénhidrát: 235,4189 g
Só: 13,3555 g
Cukor: 101,0980 g
Tel.zsírsv: 3,7890 g

Kalória: 1.481,96kcal
Energia: 6.119,35 kJ
Zsír:: 66,4180 g
Fehérje: 47,6860 g
Szénhidrát: 160,6820 g
Só: 11,9296 g
Cukor: 38,9290 g
Tel.zsírsv: 2,8440 g

Kalória: 1.142,70kcal
Energia: 4.739,62kJ
Zsír:: 36,9560 g
Fehérje: 51,2565 g
Szénhidrát: 145,8370 g
Só: 11,0352 g
Cukor: 4,5975 g
Tel.zsírsv: 7,8500 g

Kalória: 1.359,39kcal
Energia: 5.658,83 kJ
Zsír:: 29,9670 g
Fehérje: 42,1350 g
Szénhidrát: 226,0210 g
Só: 7,3689 g
Cukor: 71,0760 g
Tel.zsírsv: 4,7218 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: FELNÖTT "C"
Dátum: 2026/04/20

Hétfő 2026/04/20	Kedd 2026/04/21	Szerda 2026/04/22	Csütörtök 2026/04/23	Péntek 2026/04/24
Gombás zöldségleves 151 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 601 kJ	Fahéjas szilvaleves 319 kcal A:Glutén, 1.334 kJ	Paradicsomleves 356 kcal A:Glutén, Zeller, 1.411 kJ	Csontleves 193 kcal A:Glutén, Zeller, 769 kJ	
Sóskafozelék 374 kcal A:Glutén, Tej, 1.564 kJ	Grill camembert sajt 93 kcal A:Tej, 390 kJ	Rántott gomba 373 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.559 kJ	Karfiol fasírt 425 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.725 kJ	
Bundás zsemle 294 kcal A:Glutén, Tojás, 1.231 kJ	Párolt rizs 344 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.440 kJ	Zöldséges bulgur 331 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.386 kJ	Sárgaborsó fozelék 326 kcal A:Glutén, 1.364 kJ	
Kenyér 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	Friss saláta 158 kcal A:Mustár, 660 kJ	Csemege uborka 18 kcal A:Mustár, 75 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		

Kalória: 1.066,15 kcal
Energia: 4.427,32 kJ
Zsír:: 44,7977 g
Fehérje: 23,8191 g
Szénhidrát: 138,7863 g
Só: 10,5890 g
Cukor: 36,9086 g
Tel.zsírsvav: 8,6890 g

Kalória: 1.160,99kcal
Energia: 4.854,68kJ
Zsír:: 19,2218 g
Fehérje: 20,5175 g
Szénhidrát: 219,9730 g
Só: 10,4542 g
Cukor: 90,6241 g
Tel.zsírsvav: 5,7565 g

Kalória: 1.324,75kcal
Energia: 5.461,93 kJ
Zsír:: 42,5205 g
Fehérje: 33,8321 g
Szénhidrát: 203,1114 g
Só: 11,9236 g
Cukor: 32,9670 g
Tel.zsírsvav: 4,6315 g

Kalória: 1.190,86kcal
Energia: 4.888,81kJ
Zsír:: 46,1622 g
Fehérje: 35,9100 g
Szénhidrát: 145,0931 g
Só: 10,3702 g
Cukor: 9,9755 g
Tel.zsírsvav: 4,5120 g

Kalória:
Energia:
Zsír::
Fehérje:
Szénhidrát:
Só:
Cukor:
Tel.zsírsvav: