

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Menü: FELNÖTT "A"
Dátum: 2026/08/17

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Hétfo 2026/08/17	Kedd 2026/08/18	Szerda 2026/08/19	Csütörtök 2026/08/20	Péntek 2026/08/21
Palócleves 458 kcal1.889 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Sertésraguleves 195 kcal788 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Tarhonyaleves 224 kcal910 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,		
Káposztás kocka 731 kcal3.058 kJ A:Glutén,	Harcsapaprikás 283 kcal1.182 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Halak,	Gyros hús 282 kcal1.179 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, Szezámmag, Szezámmag,		
Mandarin 70 kcal294 kJ	Tészta köret durum 407 kcal1.704 kJ A:Glutén,	Sült burgonya 802 kcal3.356 kJ		
Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	Friss saláta joghurtos öntettel 78 kcal326 kJ A:Tej,		
		Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,		

Kalória:	1.505,91 kcal	Kalória:	1.131,19kcal	Kalória:	1.632,51kcal	Kalória:	
Energia:	6.271,34 kJ	Energia:	4.704,41kJ	Energia:	6.800,78 kJ	Energia:	
Zsír::	41,8587 g	Zsír::	28,9064 g	Zsír::	80,2867 g	Zsír::	
Fehérje:	53,4291 g	Fehérje:	62,2741 g	Fehérje:	44,0001 g	Fehérje:	
Szénhidrát:	220,3938 g	Szénhidrát:	150,6680 g	Szénhidrát:	191,4898 g	Szénhidrát:	
Só:	8,0816 g	Só:	10,5123 g	Só:	14,4686 g	Só:	
Cukor:	58,8790 g	Cukor:	13,2850 g	Cukor:	20,6390 g	Cukor:	
Tel.zsírsav:	6,6330 g	Tel.zsírsav:	6,5370 g	Tel.zsírsav:	18,6320 g	Tel.zsírsav:	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: FELNÖTT "B"
Dátum: 2026/08/17

Hétfo 2026/08/17	Kedd 2026/08/18	Szerda 2026/08/19	Csütörtök 2026/08/20	Péntek 2026/08/21
Palócleves 458 kcal1.889 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Sertésraguleves 195 kcal788 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Tarhonyaleves 224 kcal910 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,		
Tejberizs 655 kcal2.740 kJ A:Tej,	Almás csirkés fasírt 622 kcal2.599 kJ A:Glutén, Tojás,	Erdélyi rakott káposzta 548 kcal2.291 kJ A:Tej,		
Mandarin 70 kcal294 kJ	Bulgursaláta 463 kcal1.909 kJ A:Glutén,	Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,		
Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,			

Kalória:	1.429,95 kcal	Kalória:	1.525,44kcal	Kalória:	1.018,08kcal	Kalória:	
Energia:	5.953,81 kJ	Energia:	6.327,09kJ	Energia:	4.231,31 kJ	Energia:	
Zsír::	37,4133 g	Zsír::	58,1095 g	Zsír::	33,1047 g	Zsír::	
Fehérje:	49,7730 g	Fehérje:	69,8897 g	Fehérje:	49,0021 g	Fehérje:	
Szénhidrát:	211,6173 g	Szénhidrát:	180,7932 g	Szénhidrát:	119,9798 g	Szénhidrát:	
Só:	8,3106 g	Só:	10,5894 g	Só:	8,3693 g	Só:	
Cukor:	79,6790 g	Cukor:	7,8963 g	Cukor:	7,7820 g	Cukor:	
Tel.zsírsav:	12,1530 g	Tel.zsírsav:	7,1116 g	Tel.zsírsav:	10,8880 g	Tel.zsírsav:	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: FELNÖTT "C"
Dátum: 2026/08/17

Hétfo 2026/08/17	Kedd 2026/08/18	Szerda 2026/08/19	Csütörtök 2026/08/20	Péntek 2026/08/21
	Sertésraguleves 195 kcal788 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Tarhonyaleves 224 kcal910 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,		
	Gombafasirt 216 kcal903 kJ A:Glutén, Tojás,	Grill zöldségek 146 kcal583 kJ		
	Bulgursaláta 463 kcal1.909 kJ A:Glutén,	Sült burgonya 802 kcal3.356 kJ		
	Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	Friss saláta joghurtos öntettel 78 kcal326 kJ A:Tej,		
		Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,		

Kalória:
Energia:
Zsír::
Fehérje:
Szénhidrát:
Só:
Cukor:
Tel.zsírsav:
www.tandofer.hu

Kalória:1.119,93kcal
Energia:4.631,30kJ
Zsír::28,6906 g
Fehérje:50,5245 g
Szénhidrát:170,1572 g
Só:10,3756 g
Cukor:10,3026 g
Tel.zsírsav:4,0530 g

Kalória:1.496,40kcal
Energia:6.205,07 kJ
Zsír::53,1750 g
Fehérje:42,1046 g
Szénhidrát:204,0434 g
Só:13,4743 g
Cukor:21,4930 g
Tel.zsírsav:15,5570 g

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

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