

Étlap változtatás jogát fenntartjuk	Nyomtatta : Hraska Zoltán
Menü: FELNÖTT "A"	
Dátum: 2026/09/28	

Hétfo 2026/09/28	Kedd 2026/09/29	Szerda 2026/09/30	Csütörtök 2026/10/01	Péntek 2026/10/02
Natúr sertésszelet 237 kcal A:Glutén, Kén-dioxid, 990 kJ	Bolognai spagetti 757 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, 3.164 kJ	Csontleves 193 kcal A:Glutén, Zeller, 768 kJ	Gyümölcsleves 281 kcal A:Glutén, 1.175 kJ	Babgulyásleves 655 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, 2.686 kJ
Zöldborsó fozelék 447 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, 1.793 kJ	Kenyér 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	Párolt rizs 424 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, 1.772 kJ	Petrezselymes burgonya 319 kcal 1.334 kJ	Holstein szelet 275 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, Kén-dioxid, 1.151 kJ
Pogácsa 139 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, 580 kJ	Karfiolleves tejfölös 179 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, 747 kJ	Kenyér 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	Fejeskáposzta saláta 198 kcal 829 kJ	Sült burgonya 449 kcal A:Kén-dioxid, 1.879 kJ
Kenyér 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ		Csikós tokány 363 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, 1.519 kJ	Kenyér 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	Kenyér 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ
Burgonyaleves magyaros 225 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, 917 kJ			Rántott csirke 796 kcal A:Glutén, Tojás, 3.328 kJ	

Kalória:	1.294,83 kcal	Kalória:	1.181,77kcal	Kalória:	1.226,48kcal	Kalória:	1.840,50kcal	Kalória:	1.625,64kcal
Energia:	5.310,80 kJ	Energia:	4.942,04kJ	Energia:	5.089,99 kJ	Energia:	7.696,80kJ	Energia:	6.746,25 kJ
Zsír::	37,2215 g	Zsír::	30,7343 g	Zsír::	49,2751 g	Zsír::	130,5552 g	Zsír::	76,5708 g
Fehérje:	57,4970 g	Fehérje:	52,5950 g	Fehérje:	42,7983 g	Fehérje:	75,3693 g	Fehérje:	65,1930 g
Szénhidrát:	163,3428 g	Szénhidrát:	167,5458 g	Szénhidrát:	146,4375 g	Szénhidrát:	269,1225 g	Szénhidrát:	157,0885 g
Só:	11,9895 g	Só:	8,0070 g	Só:	10,5569 g	Só:	11,4575 g	Só:	12,6341 g
Cukor:	57,3448 g	Cukor:	32,2857 g	Cukor:	5,7458 g	Cukor:	105,3990 g	Cukor:	15,3256 g
Tel.zsírsav:	9,0330 g	Tel.zsírsav:	10,0595 g	Tel.zsírsav:	10,9006 g	Tel.zsírsav:	36,0485 g	Tel.zsírsav:	15,1517 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: FELNÖTT "B"
Dátum: 2026/09/28

Hétfo 2026/09/28	Kedd 2026/09/29	Szerda 2026/09/30	Csütörtök 2026/10/01	Péntek 2026/10/02
Káposztás kocka 752 kcal A:Glutén, 3.145 kJ	Karfiolleves tejfölös 179 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, 747 kJ	Csontleves 193 kcal A:Glutén, Zeller, 768 kJ	Gyümölcsleves 281 kcal A:Glutén, 1.175 kJ	Babgulyásleves 655 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, 2.686 kJ
Pogácsa 139 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, 580 kJ	Burgonya krokett 508 kcal A:Glutén, 2.125 kJ	Lecsós sertésszelet 330 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, 1.380 kJ	Pacal pörkölt 604 kcal 2.527 kJ	Hawaii csirkemell 365 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, 1.527 kJ
Kenyér 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	Erdei gombás sertésragu 242 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, 1.012 kJ	Tarhonya köret 424 kcal A:Glutén, 1.773 kJ	Sós burgonya 235 kcal 983 kJ	Rizibizi 471 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, 1.970 kJ
Burgonyaleves magyaros 225 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, 917 kJ	Kenyér 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	Kenyér 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	Fejeskáposzta saláta 198 kcal 829 kJ	Kenyér 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ
			Kenyér 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	

Kalória:	1.362,85 kcal	Kalória:	1.175,16kcal	Kalória:	1.193,60kcal	Kalória:	1.564,98kcal	Kalória:	1.737,39kcal
Energia:	5.673,31 kJ	Energia:	4.914,42kJ	Energia:	4.952,51 kJ	Energia:	6.544,57kJ	Energia:	7.213,58 kJ
Zsír::	32,4238 g	Zsír::	40,6926 g	Zsír::	41,4925 g	Zsír::	45,6573 g	Zsír::	59,9886 g
Fehérje:	36,8220 g	Fehérje:	41,7283 g	Fehérje:	46,4765 g	Fehérje:	494,0842 g	Fehérje:	75,1740 g
Szénhidrát:	223,9874 g	Szénhidrát:	159,6220 g	Szénhidrát:	151,6536 g	Szénhidrát:	213,9775 g	Szénhidrát:	183,6197 g
Só:	8,3335 g	Só:	12,0755 g	Só:	10,9689 g	Só:	11,4090 g	Só:	11,9246 g
Cukor:	41,5859 g	Cukor:	14,3738 g	Cukor:	11,8738 g	Cukor:	106,5066 g	Cukor:	8,3979 g
Tel.zsírsav:	6,2830 g	Tel.zsírsav:	7,2281 g	Tel.zsírsav:	7,7210 g	Tel.zsírsav:	24,0673 g	Tel.zsírsav:	16,1917 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk	Nyomtatta : Hraska Zoltán
Menü: FELNÖTT "C"	
Dátum: 2026/09/28	

Hétfő 2026/09/28	Kedd 2026/09/29	Szerda 2026/09/30	Csütörtök 2026/10/01	Péntek 2026/10/02
Zöldborsó fozelék 447 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,1.793 kJ	Karfiolleves tejfölös 179 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,747 kJ	Csontleves 193 kcal A:Glutén, Zeller,768 kJ	Gyümölcsleves 281 kcal A:Glutén,1.175 kJ	Babgulyásleves 655 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,2.686 kJ
Fott kemény tojás 81 kcal A:Tojás,337 kJ	Burgonya krokett 508 kcal A:Glutén,2.125 kJ	Cukkinis lecsó 185 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,775 kJ	Rántott brokkoli 409 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,1.710 kJ	Tejbedara 442 kcal A:Glutén, Tej,1.848 kJ
Pogácsa 139 kcal A:Glutén, Tojás, Tej,580 kJ	Erdei gombaragu 151 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,633 kJ	Párolt rizs 424 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,1.772 kJ	Petrezselymes burgonya 319 kcal1.334 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	Kenyér 246 kcal A:Glutén,1.031 kJ	Tartármártás 544 kcal A:Tojás, Tej, Mustár,2.275 kJ	
Burgonyaleves magyaros 225 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,917 kJ			Kenyér 246 kcal A:Glutén,1.031 kJ	

Kalória:	1.138,68 kcal	Kalória:	1.084,61kcal	Kalória:	1.048,64kcal	Kalória:	1.799,25kcal	Kalória:	1.343,06kcal
Energia:	4.657,79 kJ	Energia:	4.535,72kJ	Energia:	4.346,31 kJ	Energia:	7.524,28kJ	Energia:	5.564,52 kJ
Zsír::	38,4478 g	Zsír::	36,6556 g	Zsír::	31,9605 g	Zsír::	71,6553 g	Zsír::	44,8731 g
Fehérje:	36,9160 g	Fehérje:	28,1163 g	Fehérje:	35,8685 g	Fehérje:	27,1660 g	Fehérje:	45,1460 g
Szénhidrát:	159,8844 g	Szénhidrát:	161,1800 g	Szénhidrát:	156,2676 g	Szénhidrát:	228,8036 g	Szénhidrát:	177,2241 g
Só:	11,2335 g	Só:	11,9780 g	Só:	11,5569 g	Só:	12,3445 g	Só:	8,6031 g
Cukor:	57,1479 g	Cukor:	15,3188 g	Cukor:	11,8058 g	Cukor:	91,5170 g	Cukor:	59,0376 g
Tel.zsírsav:	6,1730 g	Tel.zsírsav:	5,7621 g	Tel.zsírsav:	3,3000 g	Tel.zsírsav:	11,0219 g	Tel.zsírsav:	16,1657 g