

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: NYUGDÍJAS "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	Szombat 2026/02/14	Vasárnap 2026/02/15
Tárkonyos sertésraguleves 867,14 kJ 215,48 kcal A: Glutén, Tej, Zeller, Mustár,	Lebbencsleves 622,96 kJ 161,41 kcal A: Glutén, Tojás, Zeller,	Sertéshúsos zöldséges buléur 2.320,01 kJ 554,78 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Paradicsomleves 795,04 kJ 208,78 kcal A: Glutén, Zeller,	Zöldségleves 315,87 kJ 84,86 kcal A: Glutén, Tojás, Zeller,	Fahéjas szilvaleves 576,22 kJ 137,84 kcal A: Glutén,	
Burgonyás kocka tészta 2.507,97 kJ 599,72 kcal A: Glutén,	Mézes mustáros csirkeragu 911,57 kJ 217,98 kcal A: Glutén, Tej, Mustár, Szójabab,	Vegyes vágott saláta 218,59 kJ 52,27 kcal	Magyaros sertéssült 939,34 kJ 224,62 kcal A: Glutén,	Csirkepörkölt 1.007,27 kJ 240,87 kcal	Grill csirkemell 748,33 kJ 178,95 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	
	Párolt rizs 1.397,20 kJ 334,11 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Tojásleves 595,53 kJ 154,91 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Kukoricás rizs 1.695,06 kJ 405,33 kcal	Tészta köret durum 1.405,90 kJ 336,19 kcal A: Glutén,	Finom fozelék 1.344,53 kJ 333,95 kcal A: Glutén, Tej,	
				Fánk 989,44 kJ 236,60 kcal A: Glutén, Tej, Szójabab,		

Kalória:	815,20kcal	Kalória:	713,49kcal	Kalória:	761,96kcal	Kalória:	838,73kcal	Kalória:	898,51kcal	Kalória:	650,74kcal	Kalória:	
Energia:	3.375,12kJ	Energia:	2.931,73 kJ	Energia:	3.134,14 kJ	Energia:	3.429,44kJ	Energia:	3.718,48kJ	Energia:	2.669,08kJ	Energia:	
Zsír::	14,2548 g	Zsír::	14,5085 g	Zsír::	26,6977 g	Zsír::	22,1485 g	Zsír::	28,5085 g	Zsír::	22,5260 g	Zsír::	
Fehérje:	34,9550 g	Fehérje:	34,3110 g	Fehérje:	38,6778 g	Fehérje:	37,2380 g	Fehérje:	47,1547 g	Fehérje:	37,9416 g	Fehérje:	
Szénhidrát:	127,7783 g	Szénhidrát:	102,8720 g	Szénhidrát:	97,2937 g	Szénhidrát:	117,1190 g	Szénhidrát:	112,0898 g	Szénhidrát:	60,0624 g	Szénhidrát:	
Só:	2,8521 g	Só:	1,8510 g	Só:	1,9603 g	Só:	1,7884 g	Só:	2,4106 g	Só:	1,4612 g	Só:	
Cukor:	15,2544 g	Cukor:	10,4640 g	Cukor:	10,5030 g	Cukor:	21,9715 g	Cukor:	19,2976 g	Cukor:	37,6158 g	Cukor:	
Tel.zsírsv:	3,3730 g	Tel.zsírsv:	1,2760 g	Tel.zsírsv:	3,5145 g	Tel.zsírsv:	3,8740 g	Tel.zsírsv:	29,9220 g	Tel.zsírsv:	2,4625 g	Tel.zsírsv:	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: NYUGDÍJAS "B"
Dátum: 2026/02/09

Hétfő 2026/02/09	Kedd 2026/02/10	Szerda 2026/02/11	Csütörtök 2026/02/12	Péntek 2026/02/13	Szombat 2026/02/14	Vasárnap 2026/02/15
Tárkonyos sertésraguleves 1.005,48 kJ 248,56 kcal A: Glutén, Tej, Zeller, Mustár,	Lebbencsleves 622,96 kJ 161,41 kcal A: Glutén, Tojás, Zeller,	Tojásleves 496,83 kJ 131,30 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Paradicsomleves 795,04 kJ 208,78 kcal A: Glutén, Zeller,	Zöldségleves 315,87 kJ 84,86 kcal A: Glutén, Tojás, Zeller,	Csontleves 787,74 kJ 197,70 kcal A: Glutén, Tojás, Zeller,	
Szilvatöltelékes gombóc 2.163,36 kJ 517,34 kcal A: Glutén,	Lyoni hagymás tarja 1.135,84 kJ 271,61 kcal A: Glutén,	Fasírt 1.160,25 kJ 277,44 kcal A: Glutén, Tojás,	Rakott karfiol 1.738,46 kJ 415,71 kcal A: Tej,	Sertés szelet jóasszony módra 1.008,96 kJ 241,27 kcal	Töltött káposzta 2.084,86 kJ 498,54 kcal A: Glutén, Tojás, Tej,	
	Sült burgonya 1.352,22 kJ 323,35 kcal	Zöldbabfozelék 1.011,85 kJ 241,96 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Kenyér 618,45 kJ 147,89 kcal A: Glutén,	Sült burgonya 1.352,22 kJ 323,35 kcal	Alma 326,19 kJ 78,00 kcal	
				Fánk 989,44 kJ 236,60 kcal A: Glutén, Tej, Szójabab,		

Kalória:	765,90kcal	Kalória:	756,36kcal	Kalória:	650,71kcal	Kalória:	772,37kcal	Kalória:	886,08kcal	Kalória:	774,24kcal	Kalória:	
Energia:	3.168,84kJ	Energia:	3.111,02 kJ	Energia:	2.668,93 kJ	Energia:	3.151,95kJ	Energia:	3.666,49kJ	Energia:	3.198,78kJ	Energia:	
Zsír::	23,3469 g	Zsír::	22,1740 g	Zsír::	34,0395 g	Zsír::	24,2160 g	Zsír::	30,5913 g	Zsír::	42,3595 g	Zsír::	
Fehérje:	25,6623 g	Fehérje:	33,3822 g	Fehérje:	30,2337 g	Fehérje:	36,4720 g	Fehérje:	40,5001 g	Fehérje:	30,1667 g	Fehérje:	
Szénhidrát:	87,5536 g	Szénhidrát:	95,0572 g	Szénhidrát:	55,1193 g	Szénhidrát:	96,3530 g	Szénhidrát:	103,5918 g	Szénhidrát:	64,8169 g	Szénhidrát:	
Só:	3,4021 g	Só:	2,5117 g	Só:	3,4479 g	Só:	2,2776 g	Só:	2,4881 g	Só:	1,3058 g	Só:	
Cukor:	42,5814 g	Cukor:	14,9224 g	Cukor:	13,0037 g	Cukor:	22,4580 g	Cukor:	29,9096 g	Cukor:	5,8557 g	Cukor:	
Tel.zsírsv:	4,2520 g	Tel.zsírsv:	5,0660 g	Tel.zsírsv:	5,7598 g	Tel.zsírsv:	6,6370 g	Tel.zsírsv:	31,6680 g	Tel.zsírsv:	6,3809 g	Tel.zsírsv:	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: NYUGDÍJAS "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	Szombat 2026/02/14	Vasárnap 2026/02/15
Lebbencsleves 622,96 kJ 161,41 kcal A: Glutén, Tojás, Zeller,	Tojásleves 444,96 kJ 118,90 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Paradicsomleves 795,04 kJ 208,78 kcal A: Glutén, Zeller,	Zöldségleves 529,07 kJ 135,84 kcal A: Glutén, Tojás, Zeller,			
Édesburgonya fasírt 1.146,62 kJ 286,63 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Csicseriborsó fasírt 2.086,14 kJ 498,85 kcal A: Glutén,	Rakott karfiol zöldséges 1.647,53 kJ 393,97 kcal A: Tojás, Tej,	Gombapörkölt 372,67 kJ 95,34 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,			
Francia saláta 873,62 kJ 208,91 kcal A: Tojás, Tej, Mustár,	Zöldbabfozelék 942,68 kJ 225,42 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Kenyér 618,45 kJ 147,89 kcal A: Glutén,	Tészta köret durum 1.405,90 kJ 336,19 kcal A: Glutén,			
				Fánk 989,44 kJ 236,60 kcal A: Glutén, Tej, Szójabab,		

Kalória:	Kalória:	656,94kcal	Kalória:	843,17kcal	Kalória:	750,63kcal	Kalória:	803,96kcal	Kalória:		Kalória:
Energia:	Energia:	2.643,20 kJ	Energia:	3.473,78 kJ	Energia:	3.061,02kJ	Energia:	3.297,07kJ	Energia:		Energia:
Zsír::	Zsír::	19,5322 g	Zsír::	45,8397 g	Zsír::	25,6800 g	Zsír::	26,7715 g	Zsír::		Zsír::
Fehérje:	Fehérje:	17,7468 g	Fehérje:	24,4771 g	Fehérje:	27,4614 g	Fehérje:	22,3477 g	Fehérje:		Fehérje:
Szénhidrát:	Szénhidrát:	93,2674 g	Szénhidrát:	84,0411 g	Szénhidrát:	99,7056 g	Szénhidrát:	118,2593 g	Szénhidrát:		Szénhidrát:
Só:	Só:	3,6496 g	Só:	4,8584 g	Só:	3,0926 g	Só:	2,5562 g	Só:		Só:
Cukor:	Cukor:	23,0720 g	Cukor:	20,4692 g	Cukor:	22,5850 g	Cukor:	21,5011 g	Cukor:		Cukor:
Tel.zsírsv:	Tel.zsírsv:	5,1050 g	Tel.zsírsv:	6,3238 g	Tel.zsírsv:	11,4800 g	Tel.zsírsv:	51,1440 g	Tel.zsírsv:		Tel.zsírsv: