

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: NYUGDÍJAS "A"
Dátum: 2026/02/23

Hétfo 2026/02/23	Kedd 2026/02/24	Szerda 2026/02/25	Csütörtök 2026/02/26	Péntek 2026/02/27	Szombat 2026/02/28	Vasárnap 2026/03/01
Frankfurtileves 1.299,20 kJ 310,70 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Szamócaleves 530,87 kJ 126,97 kcal A: Glutén,	Zöldségleves 487,41 kJ 125,88 kcal A: Glutén, Tojás, Zeller,	Sertéshúsleves 586,87 kJ 148,45 kcal A: Glutén, Tojás, Zeller,	Brokkolikrémleves 454,31 kJ 108,64 kcal A: Glutén,	Csontleves 781,54 kJ 196,22 kcal A: Glutén, Zeller,	
Morzsás nudli 1.755,79 kJ 419,90 kcal A: Glutén,	Bácskai rizseshús 2.131,96 kJ 509,81 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Csopaki aprópecsenye 1.364,05 kJ 326,18 kcal	Erdélyi rakott káposzta 2.505,15 kJ 599,05 kcal A: Tej,	Holstein szelet 1.017,92 kJ 243,41 kcal A: Tojás,	Tarhonyáshús 2.314,32 kJ 553,41 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	
Körte 485,10 kJ 116,00 kcal	Csemege uborka 60,22 kJ 14,40 kcal A: Mustár,	Sült burgonya 1.525,14 kJ 364,70 kcal		Hagymás burgonya 1.278,45 kJ 305,71 kcal	Csemege uborka 60,22 kJ 14,40 kcal A: Mustár,	

Kalória:	846,60kcal	Kalória:	651,18kcal	Kalória:	816,76kcal	Kalória:	747,49kcal	Kalória:	657,76kcal	Kalória:	764,03kcal	Kalória:	
Energia:	3.540,09kJ	Energia:	2.723,05 kJ	Energia:	3.376,61 kJ	Energia:	3.092,02kJ	Energia:	2.750,67kJ	Energia:	3.156,08kJ	Energia:	
Zsír::	20,7379 g	Zsír::	14,3928 g	Zsír::	37,0355 g	Zsír::	45,3759 g	Zsír::	30,0840 g	Zsír::	29,4101 g	Zsír::	
Fehérje:	22,5000 g	Fehérje:	29,5387 g	Fehérje:	36,0682 g	Fehérje:	41,8944 g	Fehérje:	31,5060 g	Fehérje:	39,9148 g	Fehérje:	
Szénhidrát:	133,7306 g	Szénhidrát:	94,1289 g	Szénhidrát:	72,4328 g	Szénhidrát:	47,4810 g	Szénhidrát:	56,7370 g	Szénhidrát:	80,9060 g	Szénhidrát:	
Só:	3,7728 g	Só:	2,7031 g	Só:	2,3071 g	Só:	1,7617 g	Só:	2,4390 g	Só:	3,9035 g	Só:	
Cukor:	55,1960 g	Cukor:	22,9180 g	Cukor:	15,0906 g	Cukor:	3,9463 g	Cukor:	8,7940 g	Cukor:	10,1480 g	Cukor:	
Tel.zsírsv:	7,0160 g	Tel.zsírsv:	2,8355 g	Tel.zsírsv:	8,2578 g	Tel.zsírsv:	15,2608 g	Tel.zsírsv:	3,7670 g	Tel.zsírsv:	4,2725 g	Tel.zsírsv:	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: NYUGDÍJAS "B"
Dátum: 2026/02/23

Hétfo 2026/02/23	Kedd 2026/02/24	Szerda 2026/02/25	Csütörtök 2026/02/26	Péntek 2026/02/27	Szombat 2026/02/28	Vasárnap 2026/03/01
Frankfurtileves 1.191,56 kJ 284,96 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Szamócaleves 530,87 kJ 126,97 kcal A: Glutén,	Zöldségleves 487,41 kJ 125,88 kcal A: Glutén, Tojás, Zeller,	Sertéshúsleves 586,87 kJ 148,45 kcal A: Glutén, Tojás, Zeller,	Brokkolikrémleves 454,31 kJ 108,64 kcal A: Glutén,	Burgonyaleves magvaros 948,38 kJ 233,00 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	
Sajtos tejfölös metélt 1.918,24 kJ 458,70 kcal A: Glutén, Tej,	Borzas csirkemell 1.343,81 kJ 321,34 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Fasírt 1.160,25 kJ 277,44 kcal A: Glutén, Tojás,	Húsgombóc naradicsom mártással 2.012,84 kJ 481,32 kcal A: Glutén, Tojás, Zeller,	Citromos halfilé 493,59 kJ 118,03 kcal A: Glutén, Halak,	Párizsi csirkemell 1.021,70 kJ 244,31 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	
Körte 485,10 kJ 116,00 kcal	Burgonyapüré 1.237,01 kJ 295,80 kcal A: Tej,	Lencsefozelék 1.349,32 kJ 322,66 kcal A: Glutén, Tej, Mustár,	Fott burgonya 884,47 kJ 211,50 kcal	Rizibizi 1.554,69 kJ 371,77 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Petrezselymes rizs 1.434,56 kJ 343,04 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	
	Csemege uborka 60,22 kJ 14,40 kcal A: Mustár,			Friss saláta 266,76 kJ 63,79 kcal		

Kalória:	859,66kcal	Kalória:	758,51kcal	Kalória:	725,99kcal	Kalória:	841,27kcal	Kalória:	662,22kcal	Kalória:	820,36kcal	Kalória:	
Energia:	3.594,91kJ	Energia:	3.171,90 kJ	Energia:	2.996,98 kJ	Energia:	3.484,18kJ	Energia:	2.769,34kJ	Energia:	3.404,63kJ	Energia:	
Zsír::	29,6227 g	Zsír::	15,6070 g	Zsír::	28,6783 g	Zsír::	18,2587 g	Zsír::	10,5805 g	Zsír::	26,0310 g	Zsír::	
Fehérje:	31,9413 g	Fehérje:	36,5011 g	Fehérje:	41,9927 g	Fehérje:	46,4274 g	Fehérje:	35,6075 g	Fehérje:	41,1866 g	Fehérje:	
Szénhidrát:	109,2711 g	Szénhidrát:	105,4573 g	Szénhidrát:	66,4988 g	Szénhidrát:	114,4488 g	Szénhidrát:	89,8430 g	Szénhidrát:	97,2744 g	Szénhidrát:	
Só:	3,1558 g	Só:	3,6612 g	Só:	1,9956 g	Só:	3,9627 g	Só:	2,1392 g	Só:	2,8256 g	Só:	
Cukor:	27,1980 g	Cukor:	32,9150 g	Cukor:	6,8341 g	Cukor:	31,9778 g	Cukor:	16,7600 g	Cukor:	8,0950 g	Cukor:	
Tel.zsírsv:	12,6580 g	Tel.zsírsv:	1,3925 g	Tel.zsírsv:	5,8795 g	Tel.zsírsv:	3,6997 g	Tel.zsírsv:	1,0525 g	Tel.zsírsv:	2,3310 g	Tel.zsírsv:	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: NYUGDÍJAS "C"
Dátum: 2026/02/23

Hétfő 2026/02/23	Kedd 2026/02/24	Szerda 2026/02/25	Csütörtök 2026/02/26	Péntek 2026/02/27	Szombat 2026/02/28	Vasárnap 2026/03/01
Szamócaleves 530,87 kJ 126,97 kcal A: Glutén,	Zöldségleves 487,41 kJ 125,88 kcal A: Glutén, Tojás, Zeller,	Sertéshúsleves 586,87 kJ 148,45 kcal A: Glutén, Tojás, Zeller,	Brokkolikrémleves 454,31 kJ 108,64 kcal A: Glutén,			
Grill camembert sajt 390,46 kJ 93,41 kcal A: Glutén, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	Gombafasirt 846,10 kJ 202,33 kcal A: Glutén, Tojás,	Túróval töltött zsemle 2.702,86 kJ 646,32 kcal A: Glutén, Tojás, Tej,	Grill zöldségek 661,57 kJ 164,42 kcal			
Svéd gombasaláta 1.128,91 kJ 269,98 kcal	Lencsefőzelék 1.349,32 kJ 322,66 kcal A: Glutén, Tej, Mustár,			Rizibizi 1.554,69 kJ 371,77 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,		
Kenyér 618,45 kJ 147,89 kcal A: Glutén,	Kenyér 618,45 kJ 147,89 kcal A: Glutén,			Friss saláta 266,76 kJ 63,79 kcal		

Kalória:	Kalória:	638,25kcal	Kalória:	798,75kcal	Kalória:	794,77kcal	Kalória:	708,61kcal	Kalória:		Kalória:
Energia:	Energia:	2.668,70 kJ	Energia:	3.301,29 kJ	Energia:	3.289,73kJ	Energia:	2.937,32kJ	Energia:		Energia:
Zsír::	Zsír::	20,2037 g	Zsír::	26,3395 g	Zsír::	27,5934 g	Zsír::	13,6945 g	Zsír::		Zsír::
Fehérje:	Fehérje:	18,1614 g	Fehérje:	35,6548 g	Fehérje:	49,8763 g	Fehérje:	26,1855 g	Fehérje:		Fehérje:
Szénhidrát:	Szénhidrát:	96,3395 g	Szénhidrát:	100,7788 g	Szénhidrát:	85,0179 g	Szénhidrát:	100,3870 g	Szénhidrát:		Szénhidrát:
Só:	Só:	3,6914 g	Só:	2,4577 g	Só:	1,3962 g	Só:	2,1092 g	Só:		Só:
Cukor:	Cukor:	48,8031 g	Cukor:	10,9102 g	Cukor:	41,5443 g	Cukor:	19,7420 g	Cukor:		Cukor:
Tel.zsírsvav:	Tel.zsírsvav:	4,1435 g	Tel.zsírsvav:	4,6155 g	Tel.zsírsvav:	15,6553 g	Tel.zsírsvav:	1,5875 g	Tel.zsírsvav:		Tel.zsírsvav: