

Étlap változtatás jogát fenntartjuk Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: ÁLTISK "TÍZÓRAI"
Dátum: 2025/04/28

Hétfő 2025/04/28	Kedd 2025/04/29	Szerda 2025/04/30	Csütörtök 2025/05/01	Péntek 2025/05/02
Gyümölcstea 36 kcal151 kJ	Gyümölcstea 36 kcal151 kJ	Kakaó 1,5 % -os tejből 137 kcal572 kJ A:Tej,		
Trappista sajt margarin teljeskiorlésu kenyér 240 kcal1.005 kJ A:Glutén,	Halkrém teljeskiorlésu kenyér 212 kcal888 kJ A:Glutén, Tojás, Mustár, Halak,	Sertéspárizsi margarin teljeskiorlésu kenyér 202 kcal844 kJ A:Glutén,		
Paprika 17 kcal69 kJ	Kápia paprika 0 kcal0 kJ	Retek 5 kcal19 kJ		

Kalória:	292,97 kcal	Kalória:	248,57kcal	Kalória:	343,03kcal	Kalória:	
Energia:	1.225,18 kJ	Energia:	1.039,49kJ	Energia:	1.434,50 kJ	Energia:	
Zsír::	10,9068 g	Zsír::	7,5168 g	Zsír::	11,3450 g	Zsír::	
Fehérje:	12,8627 g	Fehérje:	12,3437 g	Fehérje:	15,0550 g	Fehérje:	
Szénhidrát:	32,2922 g	Szénhidrát:	31,8392 g	Szénhidrát:	42,6750 g	Szénhidrát:	
Só:	1,1350 g	Só:	0,8430 g	Só:	1,2800 g	Só:	
Cukor:	9,7400 g	Cukor:	9,9630 g	Cukor:	19,4350 g	Cukor:	
Tel.zsírsav:	6,3600 g	Tel.zsírsav:	1,6380 g	Tel.zsírsav:	5,3500 g	Tel.zsírsav:	
Kalcium:	180,00 mg	Kalcium:		Kalcium:	228.00 mg	Kalcium:	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: ÁLTISK "TÍZÓRAI ÉRZÉKENY"

Dátum: 2025/04/28

Hétfo 2025/04/28	Kedd 2025/04/29	Szerda 2025/04/30	Csütörtök 2025/05/01	Péntek 2025/05/02
Gyümölcsstea 36 kcal151 kJ	Gyümölcsstea 36 kcal151 kJ	Gyümölcsstea 36 kcal151 kJ		
Kenomájas teljeskiorlésu kenyér zöldséggel 229 kcal956 kJ A:Glutén,	Halkrém teljeskiorlésu kenyér 215 kcal900 kJ A:Glutén, Halak,	Sertéspárizsi margarin teljeskiorlésu kenyér 250 kcal1.045 kJ A:Glutén,		
Paprika 17 kcal69 kJ	Kápia paprika 6 kcal25 kJ	Retek 5 kcal19 kJ		

Kalória:	281,42 kcal	Kalória:	257,18kcal	Kalória:	290,60kcal	Kalória:	
Energia:	1.176,86 kJ	Energia:	1.075,51kJ	Energia:	1.215,24 kJ	Energia:	
Zsír::	6,4728 g	Zsír::	3,1728 g	Zsír::	8,7128 g	Zsír::	
Fehérje:	9,5857 g	Fehérje:	14,5057 g	Fehérje:	10,3557 g	Fehérje:	
Szénhidrát:	42,0671 g	Szénhidrát:	41,1971 g	Szénhidrát:	41,1871 g	Szénhidrát:	
Só:	1,1060 g	Só:	0,9170 g	Só:	1,2820 g	Só:	
Cukor:	9,8890 g	Cukor:	9,8890 g	Cukor:	10,0890 g	Cukor:	
Tel.zsírsav:	1,9740 g	Tel.zsírsav:	1,1940 g	Tel.zsírsav:	3,4340 g	Tel.zsírsav:	
Kalcium:		Kalcium:		Kalcium:		Kalcium:	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: ÁLTISK EBÉD
Dátum: 2025/04/28

Hétfo 2025/04/28	Kedd 2025/04/29	Szerda 2025/04/30	Csütörtök 2025/05/01	Péntek 2025/05/02
Burgonyaleves magyaros 239 kcal 973 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Karfiolleves tejfölös 144 kcal 575 kJ A:Glutén, Tej, Zeller,	Csontleves 173 kcal 696 kJ A:Glutén, Zeller,		
Fott kemény tojás 40 kcal 168 kJ A:Tojás,	Bolognai spagetti 577 kcal 2.414 kJ A:Glutén, Tej,	Tejszínes kukoricás csirke 184 kcal 767 kJ A:Glutén, Tej, Szójabab,		
Zöldborsó fozelék 275 kcal 1.124 kJ A:Glutén, Tej,		Párolt rizs 246 kcal 1.028 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,		

Kalória: 554,16 kcal
Energia: 2.265,40 kJ
Zsír:: 19,6895 g
Fehérje: 22,0235 g
Szénhidrát: 66,9000 g
Só: 0,9682 g
Cukor: 29,5030 g
Tel.zsírsav: 37,8095 g
Kalcium: 57,00 mg

Kalória: 720,98kcal
Energia: 2.989,06kJ
Zsír:: 23,6930 g
Fehérje: 36,0040 g
Szénhidrát: 87,3570 g
Só: 1,3923 g
Cukor: 24,8585 g
Tel.zsírsav: 8,0610 g
Kalcium: 163,00 mg

Kalória: 602,10kcal
Energia: 2.491,91 kJ
Zsír:: 22,4962 g
Fehérje: 25,9039 g
Szénhidrát: 69,8151 g
Só: 1,1163 g
Cukor: 4,4578 g
Tel.zsírsav: 1,7036 g
Kalcium: 0.00 mg

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

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

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Menü: ÁLTISK "EBÉD ÉRZÉKENY"

Dátum: 2025/04/28

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Hétfo 2025/04/28	Kedd 2025/04/29	Szerda 2025/04/30	Csütörtök 2025/05/01	Péntek 2025/05/02
Burgonyaleves magyaros 208 kcal845 kJ A:Glutén, Zeller,	Karfiolleves 146 kcal559 kJ A:Glutén, Zeller,	Csontleves 169 kcal680 kJ A:Glutén, Zeller,		
Fott kemény tojás 36 kcal152 kJ A:Tojás,	Bolognai spagetti 474 kcal1.981 kJ A:Glutén,	Kukoricás csirkeragu 236 kcal987 kJ A:Glutén,		
Natúr sertésszelet 53 kcal221 kJ		Párolt rizs 280 kcal1.172 kJ		
Zöldborsó fozelék 294 kcal1.205 kJ A:Glutén,				

Kalória: 591,71 kcal
Energia: 2.422,46 kJ
Zsír:: 23,9678 g
Fehérje: 20,7262 g
Szénhidrát: 67,1342 g
Só: 1,3084 g
Cukor: 29,8480 g
Tel.zsírsav: 1,9630 g
Kalcium: 0,00 mg

Kalória: 619,94kcal
Energia: 2.540,50kJ
Zsír:: 14,8419 g
Fehérje: 28,9140 g
Szénhidrát: 88,6516 g
Só: 0,9295 g
Cukor: 22,1330 g
Tel.zsírsav: 2,5840 g
Kalcium: 0,00 mg

Kalória: 685,12kcal
Energia: 2.839,08 kJ
Zsír:: 23,8038 g
Fehérje: 31,6277 g
Szénhidrát: 81,2352 g
Só: 1,0377 g
Cukor: 4,8335 g
Tel.zsírsav: 1,9170 g
Kalcium: 0.00 mg

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

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

Étlap változtatás jogát fenntartjuk Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: ÁLTISK/FELSŐ EBÉD "A"
Dátum: 2025/04/28

Hétfo 2025/04/28	Kedd 2025/04/29	Szerda 2025/04/30	Csütörtök 2025/05/01	Péntek 2025/05/02
Burgonyaleves magyaros 252 kcal1.027 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Karfiolleves tejfölös 198 kcal802 kJ A:Glutén, Tej, Zeller,	Csontleves 184 kcal745 kJ A:Glutén, Zeller,		
Fott kemény tojás 40 kcal168 kJ A:Tojás,	Bolognai spagetti 636 kcal2.661 kJ A:Glutén, Tej,	Tejszínes kukoricás csirke 223 kcal934 kJ A:Glutén, Tej, Szójabab,		
Zöldborsó fozelék 322 kcal1.319 kJ A:Glutén, Tej,		Párolt rizs 297 kcal1.243 kJ		
Kenyér teljeskiorlésu 120 kcal504 kJ A:Glutén,				

Kalória: 734,14 kcal
Energia: 3.018,06 kJ
Zsír:: 24,3623 g
Fehérje: 27,2769 g
Szénhidrát: 94,6208 g
Só: 1,8732 g
Cukor: 32,4674 g
Tel.zsírsav: 42,9233 g
Kalcium: 57,00 mg

Kalória: 834,26kcal
Energia: 3.462,77kJ
Zsír:: 29,0065 g
Fehérje: 39,7736 g
Szénhidrát: 99,1014 g
Só: 1,8163 g
Cukor: 27,3778 g
Tel.zsírsav: 8,7870 g
Kalcium: 163,00 mg

Kalória: 704,75kcal
Energia: 2.921,20 kJ
Zsír:: 26,1367 g
Fehérje: 31,6972 g
Szénhidrát: 80,5900 g
Só: 1,7895 g
Cukor: 5,0930 g
Tel.zsírsav: 2,0791 g
Kalcium: 0.00 mg

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

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

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Menü: ÁLTISK /FELSŐ EBÉD"B"

Dátum: 2025/04/28

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Hétfo 2025/04/28	Kedd 2025/04/29	Szerda 2025/04/30	Csütörtök 2025/05/01	Péntek 2025/05/02
Burgonyaleves magyaros 252 kcal1.027 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Bolognai spagetti 636 kcal2.661 kJ A:Glutén, Tej,	Csontleves 184 kcal745 kJ A:Glutén, Zeller,		
Fott kemény tojás 40 kcal168 kJ A:Tojás,	Karfiolleves tejfölös 198 kcal802 kJ A:Glutén, Tej, Zeller,	Tejszínes kukoricás csirke 223 kcal934 kJ A:Glutén, Tej, Szójabab,		
Zöldborsó fozelék 322 kcal1.319 kJ A:Glutén, Tej,		Párolt rizs 297 kcal1.243 kJ		
Kenyér teljeskiorlésu 120 kcal504 kJ A:Glutén,				

Kalória: 734,14 kcal
Energia: 3.018,06 kJ
Zsír:: 24,3623 g
Fehérje: 27,2769 g
Szénhidrát: 94,6208 g
Só: 1,8732 g
Cukor: 32,4674 g
Tel.zsírsav: 42,9233 g
Kalcium: 57,00 mg

Kalória: 834,26kcal
Energia: 3.462,77kJ
Zsír:: 29,0065 g
Fehérje: 39,7736 g
Szénhidrát: 99,1014 g
Só: 1,8163 g
Cukor: 27,3778 g
Tel.zsírsav: 8,7870 g
Kalcium: 163,00 mg

Kalória: 704,75kcal
Energia: 2.921,20 kJ
Zsír:: 26,1367 g
Fehérje: 31,6972 g
Szénhidrát: 80,5900 g
Só: 1,7895 g
Cukor: 5,0930 g
Tel.zsírsav: 2,0791 g
Kalcium: 0.00 mg

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

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

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Menü: ÁLTISK "UZSONNA"
Dátum: 2025/04/28

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Hétfő 2025/04/28	Kedd 2025/04/29	Szerda 2025/04/30	Csütörtök 2025/05/01	Péntek 2025/05/02
Tej 1,5 %-os 92 kcal A:Tej, 385 kJ	Soproni felvágott margarin fehér kenyér 230 kcal A:Glutén, 960 kJ	Kifli kocka sajt 197 kcal A:Glutén, Tej, 824 kJ		
Mákos rúd 249 kcal A:Glutén, Tej, Diófélék, 1.040 kJ				

Kalória:	340,70 kcal	Kalória:	229,58kcal	Kalória:	197,11kcal	Kalória:	
Energia:	1.424,77 kJ	Energia:	960,09kJ	Energia:	824,30 kJ	Energia:	
Zsír::	14,7120 g	Zsír::	10,5050 g	Zsír::	3,9895 g	Zsír::	
Fehérje:	10,7880 g	Fehérje:	7,0300 g	Fehérje:	6,2585 g	Fehérje:	
Szénhidrát:	40,1940 g	Szénhidrát:	26,3150 g	Szénhidrát:	32,9580 g	Szénhidrát:	
Só:	0,2900 g	Só:	1,1300 g	Só:	0,6205 g	Só:	
Cukor:	17,0760 g	Cukor:	0,4200 g	Cukor:	1,4065 g	Cukor:	
Tel.zsírsav:	7,6640 g	Tel.zsírsav:	4,6400 g	Tel.zsírsav:	2,4755 g	Tel.zsírsav:	
Kalcium:	228,00 mg	Kalcium:		Kalcium:	29.25 mg	Kalcium:	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk
Nyomtatta : Hraska Zoltán
Menü: ÁLTISK "UZSONNA ÉRZÉKENY"
Dátum: 2025/04/28

Hétfo 2025/04/28	Kedd 2025/04/29	Szerda 2025/04/30	Csütörtök 2025/05/01	Péntek 2025/05/02
Gyümölcsstea 36 kcal151 kJ	Soproni felvágott margarin fehér kenyér 230 kcal960 kJ A:Glutén,	Kifli extradzsem 167 kcal697 kJ A:Glutén,		
Dejós rúd 224 kcal937 kJ A:Glutén, Földimogyoró, Szójabab, Diófélék,				

Kalória:	260,24 kcal	Kalória:	229,58kcal	Kalória:	166,76kcal	Kalória:	
Energia:	1.088,29 kJ	Energia:	960,09kJ	Energia:	697,36 kJ	Energia:	
Zsír::	9,4618 g	Zsír::	10,5050 g	Zsír::	1,8095 g	Zsír::	
Fehérje:	5,1627 g	Fehérje:	7,0300 g	Fehérje:	4,8950 g	Fehérje:	
Szénhidrát:	35,3921 g	Szénhidrát:	26,3150 g	Szénhidrát:	91,2800 g	Szénhidrát:	
Só:	0,4650 g	Só:	1,1300 g	Só:	0,4235 g	Só:	
Cukor:	14,5150 g	Cukor:	0,4200 g	Cukor:	64,3640 g	Cukor:	
Tel.zsírsav:	4,4850 g	Tel.zsírsav:	4,6400 g	Tel.zsírsav:	0,6435 g	Tel.zsírsav:	
Kalcium:	0,00 mg	Kalcium:		Kalcium:		Kalcium:	