

Étlap változtatás jogát fenntartjuk	Nyomtatta : Hraska Zoltán
Menü: FELNÖTT "A"	
Dátum: 2025/06/30	

Hétfő 2025/06/30	Kedd 2025/07/01	Szerda 2025/07/02	Csütörtök 2025/07/03	Péntek 2025/07/04
Gombás zöldségleves 187 kcal729 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	Fahéjas szilvaleves 359 kcal1.501 kJ A:Glutén,	Zöldbableves magyaros 255 kcal1.041 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Daragaluska leves 121 kcal453 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Csirkeraguleves 262 kcal1.043 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller,
Lecsós sertésszelet 514 kcal2.150 kJ A:Glutén,	Tavaszi rizseshús 537 kcal2.244 kJ	Bolognai spagetti 902 kcal3.774 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Csirkepörkölt 230 kcal961 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Túrós csusza 852 kcal3.562 kJ A:Glutén, Tojás, Tej,
Tarhonya köret 433 kcal1.811 kJ A:Glutén,	Csemege uborka 27 kcal113 kJ A:Mustár,	Kenyér és ásványvíz 148 kcal618 kJ A:Glutén,	Sárgaborsó fozelék 544 kcal2.277 kJ A:Glutén,	Kenyér és ásványvíz 148 kcal618 kJ A:Glutén,
Kenyér és ásványvíz 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,		Kenyér és ásványvíz 148 kcal618 kJ A:Glutén,	

Kalória:	1.380,38 kcal	Kalória:	1.169,27kcal	Kalória:	1.305,41kcal	Kalória:	1.042,97kcal	Kalória:	1.261,47kcal
Energia:	5.720,36 kJ	Energia:	4.889,07kJ	Energia:	5.433,10 kJ	Energia:	4.309,40kJ	Energia:	5.223,33 kJ
Zsír::	40,7008 g	Zsír::	17,5889 g	Zsír::	46,2610 g	Zsír::	46,3392 g	Zsír::	47,6840 g
Fehérje:	60,9687 g	Fehérje:	37,9316 g	Fehérje:	56,7005 g	Fehérje:	45,0116 g	Fehérje:	60,3470 g
Szénhidrát:	172,4700 g	Szénhidrát:	204,4587 g	Szénhidrát:	157,3660 g	Szénhidrát:	111,2115 g	Szénhidrát:	142,4480 g
Só:	12,4006 g	Só:	6,0315 g	Só:	7,9290 g	Só:	8,8013 g	Só:	7,5267 g
Cukor:	26,5826 g	Cukor:	73,9710 g	Cukor:	37,8700 g	Cukor:	6,3470 g	Cukor:	15,5300 g
Tel.zsírsv:	5,1232 g	Tel.zsírsv:	2,4200 g	Tel.zsírsv:	10,8555 g	Tel.zsírsv:	4,5925 g	Tel.zsírsv:	18,1376 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk	Nyomtatta : Hraska Zoltán
Menü: FELNÖTT "B"	
Dátum: 2025/06/30	

Hétfo 2025/06/30	Kedd 2025/07/01	Szerda 2025/07/02	Csütörtök 2025/07/03	Péntek 2025/07/04
Gombás zöldségleves 187 kcal729 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	Fahéjas szilvaleves 359 kcal1.501 kJ A:Glutén,	Zöldbableves magyaros 255 kcal1.041 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Daragaluska leves 121 kcal453 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Csirkeraguleves 262 kcal1.043 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller,
Rántott sajt 800 kcal3.344 kJ A:Glutén, Tej,	Brassói aprópecsenye 808 kcal3.377 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Sült kolbász 799 kcal3.342 kJ	Csirkemell paradicsommal sajtjal 357 kcal1.491 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Szilvatöltelékes gombóc 743 kcal3.108 kJ A:Glutén,
Párolt rizs 424 kcal1.772 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Csemege uborka 27 kcal113 kJ A:Mustár,	Sült hurka 1.160 kcal4.851 kJ	Petrezselymes rizs 399 kcal1.668 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Kenyér és ásványvíz 148 kcal618 kJ A:Glutén,
Tartármártás 543 kcal2.272 kJ A:Tojás, Tej, Mustár,	Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	Tepsis burgonya 412 kcal1.722 kJ	Kenyér és ásványvíz 148 kcal618 kJ A:Glutén,	
Kenyér és ásványvíz 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,		Kenyér és ásványvíz 148 kcal618 kJ A:Glutén,		

Kalória:	2.199,98 kcal	Kalória:	1.440,24kcal	Kalória:	2.773,82kcal	Kalória:	1.024,19kcal	Kalória:	1.152,95kcal
Energia:	9.148,06 kJ	Energia:	6.022,15kJ	Energia:	11.573,83 kJ	Energia:	4.231,02kJ	Energia:	4.768,96 kJ
Zsír::	108,5429 g	Zsír::	45,0982 g	Zsír::	118,8515 g	Zsír::	27,0570 g	Zsír::	24,4046 g
Fehérje:	65,9338 g	Fehérje:	39,5666 g	Fehérje:	84,2210 g	Fehérje:	57,5810 g	Fehérje:	37,0990 g
Szénhidrát:	230,9518 g	Szénhidrát:	204,7511 g	Szénhidrát:	139,2060 g	Szénhidrát:	131,7310 g	Szénhidrát:	161,4233 g
Só:	12,2869 g	Só:	6,9453 g	Só:	13,9728 g	Só:	10,7252 g	Só:	8,0277 g
Cukor:	36,5056 g	Cukor:	83,5900 g	Cukor:	17,6450 g	Cukor:	5,5350 g	Cukor:	64,5150 g
Tel.zsírsav:	32,0022 g	Tel.zsírsav:	6,3950 g	Tel.zsírsav:	38,6330 g	Tel.zsírsav:	9,5430 g	Tel.zsírsav:	2,6016 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Menü: FELNÖTT "C"

Dátum: 2025/06/30

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Hétfo 2025/06/30	Kedd 2025/07/01	Szerda 2025/07/02	Csütörtök 2025/07/03	Péntek 2025/07/04
	Fahéjas szilvaleves 359 kcal1.501 kJ A:Glutén,	Zöldbableves magyaros 255 kcal1.041 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Daragaluska leves 121 kcal453 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	
	Zöldséges brassói 693 kcal2.897 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Sajtos tejfölös metélt 656 kcal2.745 kJ A:Glutén, Tej,	Zöldségropogós 424 kcal1.775 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	
	Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	Kenyér és ásványvíz 148 kcal618 kJ A:Glutén,	Sárgaborsó fozelék 544 kcal2.277 kJ A:Glutén,	
			Kenyér és ásványvíz 148 kcal618 kJ A:Glutén,	

Kalória:		Kalória:	1.298,31kcal	Kalória:	1.059,27kcal	Kalória:	1.237,53kcal	Kalória:	
Energia:		Energia:	5.428,81kJ	Energia:	4.403,76 kJ	Energia:	5.123,03kJ	Energia:	
Zsír::		Zsír::	39,7880 g	Zsír::	42,1315 g	Zsír::	43,8735 g	Zsír::	
Fehérje:		Fehérje:	27,7348 g	Fehérje:	34,8810 g	Fehérje:	45,9543 g	Fehérje:	
Szénhidrát:		Szénhidrát:	198,5079 g	Szénhidrát:	128,7760 g	Szénhidrát:	157,3946 g	Szénhidrát:	
Só:		Só:	2,8403 g	Só:	7,5028 g	Só:	6,7554 g	Só:	
Cukor:		Cukor:	80,7900 g	Cukor:	12,2750 g	Cukor:	5,5970 g	Cukor:	
Tel.zsírsav:		Tel.zsírsav:	4,5250 g	Tel.zsírsav:	13,1630 g	Tel.zsírsav:	5,3280 g	Tel.zsírsav:	