

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: FELNÖTT "A"  
Dátum: 2026/06/08

Hétfő 2026/06/08	Kedd 2026/06/09	Szerda 2026/06/10	Csütörtök 2026/06/11	Péntek 2026/06/12
<b>Lencsegulyás</b> 481 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.987 kJ	<b>Zöldborsóleves</b> 199 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 806 kJ	<b>Tarhonyaleves</b> 212 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 862 kJ	<b>Tojásleves</b> 155 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 596 kJ	<b>Darálthúsleves</b> 139 kcal A:Glutén, Tojás, Zeller, 557 kJ
<b>Túrós csusza</b> 746 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, 3.119 kJ	<b>Baconba tekert csirkemell</b> 308 kcal 1.287 kJ	<b>Brassói aprópecsenye</b> 642 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 2.686 kJ	<b>Bakonyi sertéstokány</b> 293 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.226 kJ	<b>Tarhonyáshús</b> 610 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 2.552 kJ
<b>Mandarin</b> 47 kcal 196 kJ	<b>Petrezselymes rizs</b> 399 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.668 kJ	<b>Csemege uborka</b> 18 kcal A:Mustár, 75 kJ	<b>Galuska</b> 678 kcal A:Glutén, Tojás, 2.837 kJ	<b>Kenyér</b> 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ
<b>Kenyér</b> 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	<b>Kenyér</b> 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	<b>Kenyér</b> 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	<b>Kenyér</b> 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	<b>Vegyes savanyúság (édesítőszerrel)</b> 39 kcal A:Zeller, Mustár, 163 kJ

Kalória:	1.520,52 kcal	Kalória:	1.152,20kcal	Kalória:	1.119,19kcal	Kalória:	1.373,00kcal	Kalória:	1.035,00kcal
Energia:	6.332,64 kJ	Energia:	4.792,39kJ	Energia:	4.654,23 kJ	Energia:	5.689,48kJ	Energia:	4.302,26 kJ
Zsír::	49,2190 g	Zsír::	32,2803 g	Zsír::	31,6897 g	Zsír::	35,7642 g	Zsír::	21,4056 g
Fehérje:	74,0470 g	Fehérje:	50,0667 g	Fehérje:	44,8643 g	Fehérje:	46,1268 g	Fehérje:	58,5973 g
Szénhidrát:	182,1620 g	Szénhidrát:	149,5027 g	Szénhidrát:	151,0221 g	Szénhidrát:	189,7917 g	Szénhidrát:	145,0205 g
Só:	8,5332 g	Só:	11,0274 g	Só:	9,1156 g	Só:	10,4059 g	Só:	10,6719 g
Cukor:	25,0120 g	Cukor:	7,6041 g	Cukor:	20,1290 g	Cukor:	7,4070 g	Cukor:	16,2000 g
Tel.zsírsv:	21,1640 g	Tel.zsírsv:	5,8757 g	Tel.zsírsv:	5,0170 g	Tel.zsírsv:	6,7790 g	Tel.zsírsv:	5,0514 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: FELNÖTT "B"  
Dátum: 2026/06/08

Hétfő 2026/06/08	Kedd 2026/06/09	Szerda 2026/06/10	Csütörtök 2026/06/11	Péntek 2026/06/12
<b>Lencsegulyás</b> 481 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.987 kJ	<b>Zöldborsóleves</b> 199 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 806 kJ	<b>Tarhonyaleves</b> 212 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 862 kJ	<b>Tojásleves</b> 155 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 596 kJ	<b>Darálthúsleves</b> 139 kcal A:Glutén, Tojás, Zeller, 557 kJ
<b>Mákos metélt</b> 673 kcal A:Glutén, Diófélék, 2.815 kJ	<b>Fasírt</b> 559 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, 2.338 kJ	<b>Dubarry csirkemell</b> 522 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 2.182 kJ	<b>Sertésszelet Murat módra</b> 758 kcal A:Tej, 3.169 kJ	<b>Grill csirkemell</b> 157 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 656 kJ
<b>Mandarin</b> 47 kcal 196 kJ	<b>Burgonyafozelék</b> 323 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.352 kJ	<b>Rizibizi</b> 471 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.969 kJ	<b>Kenyér</b> 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	<b>Almamártás</b> 279 kcal A:Glutén, Tej, 1.166 kJ
<b>Kenyér</b> 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	<b>Kenyér</b> 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ	<b>Kenyér</b> 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ		<b>Kenyér</b> 246 kcal A:Glutén, 1.031 kJ

Kalória:	1.447,88 kcal	Kalória:	1.327,90kcal	Kalória:	1.451,51kcal	Kalória:	1.159,19kcal	Kalória:	821,76kcal
Energia:	6.028,87 kJ	Energia:	5.526,87kJ	Energia:	6.044,06 kJ	Energia:	4.795,33kJ	Energia:	3.409,30 kJ
Zsír::	34,3690 g	Zsír::	38,0381 g	Zsír::	50,3040 g	Zsír::	48,1617 g	Zsír::	14,4317 g
Fehérje:	59,2770 g	Fehérje:	50,7579 g	Fehérje:	62,6062 g	Fehérje:	47,6213 g	Fehérje:	46,0485 g
Szénhidrát:	212,6870 g	Szénhidrát:	181,3105 g	Szénhidrát:	175,3838 g	Szénhidrát:	129,0392 g	Szénhidrát:	119,9464 g
Só:	7,6482 g	Só:	10,6269 g	Só:	11,0364 g	Só:	6,6156 g	Só:	5,8039 g
Cukor:	50,5070 g	Cukor:	13,7491 g	Cukor:	14,4200 g	Cukor:	12,8780 g	Cukor:	53,1720 g
Tel.zsírsv:	7,5840 g	Tel.zsírsv:	7,6267 g	Tel.zsírsv:	11,3600 g	Tel.zsírsv:	8,6020 g	Tel.zsírsv:	3,8674 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: FELNÖTT "C"  
Dátum: 2026/06/08

**Hétfő**  
**2026/06/08**

**Kedd**  
**2026/06/09**

**Szerda**  
**2026/06/10**

**Csütörtök**  
**2026/06/11**

**Péntek**  
**2026/06/12**

<p><b>Zöldborsóleves</b></p> <p>199 kcal 806 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,</p>	<p><b>Tarhonyaleves</b></p> <p>212 kcal 862 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,</p>	<p><b>Tojásleves</b></p> <p>155 kcal 596 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,</p>	<p><b>Darálthúsleves</b></p> <p>148 kcal 551 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller,</p>
<p><b>Rizsfelfújt</b></p> <p>606 kcal 2.534 kJ A:Glutén, Tojás, Tej,</p>	<p><b>Csoben sült karfiol</b></p> <p>564 kcal 2.357 kJ A:Glutén, Tojás, Tej,</p>	<p><b>Zöldségragu</b></p> <p>176 kcal 737 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,</p>	<p><b>Almamártás</b></p> <p>279 kcal 1.166 kJ A:Glutén, Tej,</p>
<p><b>Kenyér</b></p> <p>246 kcal 1.031 kJ A:Glutén,</p>	<p><b>Rizibizi</b></p> <p>471 kcal 1.969 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,</p>	<p><b>Galuska</b></p> <p>678 kcal 2.837 kJ A:Glutén, Tojás,</p>	<p><b>Kenyér</b></p> <p>246 kcal 1.031 kJ A:Glutén,</p>
	<p><b>Kenyér</b></p> <p>246 kcal 1.031 kJ A:Glutén,</p>	<p><b>Kenyér</b></p> <p>246 kcal 1.031 kJ A:Glutén,</p>	<p><b>Sajtropogós</b></p> <p>286 kcal 1.067 kJ A:Glutén, Tojás, Tej,</p>

Kalória:	Kalória:	1.051,41kcal	Kalória:	1.493,30kcal	Kalória:	1.255,95kcal	Kalória:	959,56kcal
Energia:	Energia:	4.370,88kJ	Energia:	6.218,83 kJ	Energia:	5.199,98kJ	Energia:	3.813,92 kJ
Zsír::	Zsír::	12,4123 g	Zsír::	54,8690 g	Zsír::	27,7487 g	Zsír::	22,7729 g
Fehérje:	Fehérje:	30,8402 g	Fehérje:	45,4736 g	Fehérje:	33,6598 g	Fehérje:	42,9779 g
Szénhidrát:	Szénhidrát:	197,0229 g	Szénhidrát:	195,0054 g	Szénhidrát:	189,8537 g	Szénhidrát:	142,5426 g
Só:	Só:	5,3741 g	Só:	10,8461 g	Só:	10,2574 g	Só:	16,9424 g
Cukor:	Cukor:	61,6926 g	Cukor:	18,8320 g	Cukor:	11,6440 g	Cukor:	53,8128 g
Tel.zsírsvav:	Tel.zsírsvav:	3,1807 g	Tel.zsírsvav:	14,2270 g	Tel.zsírsvav:	2,8280 g	Tel.zsírsvav:	10,0924 g