

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: FELNÖTT "A"
Dátum: 2026/07/20

Hétfo 2026/07/20	Kedd 2026/07/21	Szerda 2026/07/22	Csütörtök 2026/07/23	Péntek 2026/07/24
Lencsegulyás 466 kcal1.924 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Zöldborsóleves 156 kcal624 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Lebbencsleves 275 kcal1.097 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Gyümölcsleves 282 kcal1.181 kJ A:Glutén,	Darálthúsleves 145 kcal553 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,
Grill sertésszelet 254 kcal1.063 kJ	Tarhonyáshús 620 kcal2.594 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Brassói aprópecsenye 818 kcal3.420 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Bakonyi sertésszelet 366 kcal1.530 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Rántott csirke 589 kcal2.462 kJ A:Glutén, Tojás,
Finom fozelék 414 kcal1.681 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Savanyúság cékla 78 kcal326 kJ	Csemege uborka 18 kcal75 kJ A:Mustár,	Galuska 560 kcal2.341 kJ A:Glutén, Tojás,	Petrezselymes burgonya 413 kcal1.727 kJ
Nektarin 88 kcal368 kJ	Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	Uborka saláta 141 kcal589 kJ
Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,				Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,

Kalória:	1.469,71 kcal	Kalória:	1.100,22kcal	Kalória:	1.357,36kcal	Kalória:	1.454,49kcal	Kalória:	1.533,68kcal
Energia:	6.067,93 kJ	Energia:	4.574,79kJ	Energia:	5.623,70 kJ	Energia:	6.082,20kJ	Energia:	6.361,68 kJ
Zsír::	40,6867 g	Zsír::	24,7053 g	Zsír::	52,0304 g	Zsír::	30,0947 g	Zsír::	107,3295 g
Fehérje:	77,7301 g	Fehérje:	52,4889 g	Fehérje:	43,9485 g	Fehérje:	48,2407 g	Fehérje:	75,3480 g
Szénhidrát:	172,5038 g	Szénhidrát:	156,7838 g	Szénhidrát:	168,5801 g	Szénhidrát:	223,2358 g	Szénhidrát:	195,5902 g
Só:	10,7799 g	Só:	9,8271 g	Só:	9,1981 g	Só:	9,6963 g	Só:	13,5104 g
Cukor:	67,6390 g	Cukor:	29,0920 g	Cukor:	8,1700 g	Cukor:	66,3770 g	Cukor:	42,9080 g
Tel.zsírsav:	8,0990 g	Tel.zsírsav:	3,5220 g	Tel.zsírsav:	15,1420 g	Tel.zsírsav:	7,8000 g	Tel.zsírsav:	28,8994 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: FELNÖTT "B"
Dátum: 2026/07/20

Hétfo 2026/07/20	Kedd 2026/07/21	Szerda 2026/07/22	Csütörtök 2026/07/23	Péntek 2026/07/24
Lencsegulyás 466 kcal1.924 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Zöldborsóleves 156 kcal624 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Lebbencsleves 275 kcal1.097 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Gyümölcsleves 282 kcal1.181 kJ A:Glutén,	Darálthúsleves 145 kcal553 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,
Burgonyás kocka tészta 655 kcal2.739 kJ A:Glutén,	Rakott zöldbab csirkehússal 445 kcal1.861 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Dubarry csirkemell 501 kcal2.093 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Rizibizi 460 kcal1.923 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Grill csirkemell 157 kcal656 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,
Nektarin 88 kcal368 kJ	Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	Rizibizi 460 kcal1.923 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	Almamártás 391 kcal1.635 kJ A:Glutén, Tej,
Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,		Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	Vegyes vágott saláta 49 kcal206 kJ	Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,
		Csemege uborka 18 kcal75 kJ A:Mustár,	Sült Hekk 855 kcal3.576 kJ A:Glutén, Halak,	

Kalória:	1.455,83 kcal	Kalória:	846,97kcal	Kalória:	1.499,72kcal	Kalória:	1.892,99kcal	Kalória:	939,18kcal
Energia:	6.061,80 kJ	Energia:	3.515,73kJ	Energia:	6.219,14 kJ	Energia:	7.915,72kJ	Energia:	3.874,75 kJ
Zsír::	22,8120 g	Zsír::	35,3967 g	Zsír::	54,8947 g	Zsír::	47,7202 g	Zsír::	19,4833 g
Fehérje:	61,1231 g	Fehérje:	39,2351 g	Fehérje:	63,3184 g	Fehérje:	124,1993 g	Fehérje:	47,4000 g
Szénhidrát:	233,6812 g	Szénhidrát:	101,1468 g	Szénhidrát:	176,8498 g	Szénhidrát:	227,5701 g	Szénhidrát:	134,0912 g
Só:	7,7826 g	Só:	8,3241 g	Só:	12,6619 g	Só:	6,0468 g	Só:	9,3562 g
Cukor:	35,4220 g	Cukor:	15,1990 g	Cukor:	15,5530 g	Cukor:	69,1020 g	Cukor:	65,4820 g
Tel.zsírsav:	3,8550 g	Tel.zsírsav:	7,1960 g	Tel.zsírsav:	15,0170 g	Tel.zsírsav:	5,1403 g	Tel.zsírsav:	6,8974 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: FELNÖTT "C"
Dátum: 2026/07/20

Hétfo 2026/07/20	Kedd 2026/07/21	Szerda 2026/07/22	Csütörtök 2026/07/23	Péntek 2026/07/24
	Zöldborsóleves 156 kcal624 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Lebbencsleves 275 kcal1.097 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Gyümölcsleves 282 kcal1.181 kJ A:Glutén,	Darálthúsleves 145 kcal553 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,
	Rakott zöldbab (hús mentes) 381 kcal1.593 kJ A:Tej,	Csoben sült karfiol 487 kcal2.036 kJ A:Glutén, Tojás, Tej,	Zöldségragu 180 kcal751 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Sajtropogós 489 kcal1.917 kJ A:Glutén, Tojás, Tej,
	Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	Rizibizi 460 kcal1.923 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Galuska 560 kcal2.341 kJ A:Glutén, Tojás,	Almamártás 391 kcal1.635 kJ A:Glutén, Tej,
		Csemege uborka 18 kcal75 kJ A:Mustár,	Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,	Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,
		Kenyér 246 kcal1.031 kJ A:Glutén,		

Kalória:	Kalória:	782,93kcal	Kalória:	1.486,02kcal	Kalória:	1.268,26kcal	Kalória:	1.271,68kcal
Energia:	Energia:	3.247,91kJ	Energia:	6.161,85 kJ	Energia:	5.303,50kJ	Energia:	5.135,27 kJ
Zsír::	Zsír::	26,4038 g	Zsír::	52,4097 g	Zsír::	18,4783 g	Zsír::	37,1614 g
Fehérje:	Fehérje:	37,3019 g	Fehérje:	47,3178 g	Fehérje:	35,3706 g	Fehérje:	56,5908 g
Szénhidrát:	Szénhidrát:	90,3538 g	Szénhidrát:	197,0934 g	Szénhidrát:	220,5734 g	Szénhidrát:	170,2644 g
Só:	Só:	8,0223 g	Só:	12,4656 g	Só:	9,3168 g	Só:	9,7759 g
Cukor:	Cukor:	14,9520 g	Cukor:	20,6530 g	Cukor:	66,1760 g	Cukor:	66,3720 g
Tel.zsírsav:	Tel.zsírsav:	6,2920 g	Tel.zsírsav:	17,7320 g	Tel.zsírsav:	2,1760 g	Tel.zsírsav:	19,1524 g