

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: NYUGDÍJAS "A"
Dátum: 2026/05/25

Hétfő 2026/05/25	Kedd 2026/05/26	Szerda 2026/05/27	Csütörtök 2026/05/28	Péntek 2026/05/29	Szombat 2026/05/30	Vasárnap 2026/05/31
Karfiolleves 552,45 kJ 132,11 kcal A: Glutén,	Zöldborsóleves 782,28 kJ 193,28 kcal A: Glutén, Zeller,	Palócleves 1.028,09 kJ 258,28 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Sertéraguleves 438,47 kJ 111,07 kcal A: Glutén, Tojás, Zeller,	Tarhonyaleves 727,79 kJ 180,25 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Csirkeraguleves 731,13 kJ 182,30 kcal A: Glutén, Tojás, Zeller,	
Sertéspörkölt 719,41 kJ 172,03 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Paprikás burgonya kolbásszal 1.940,30 kJ 463,98 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	Káposztás kocka 2.039,31 kJ 487,65 kcal A: Glutén,	Harcapaprikás 978,42 kJ 233,96 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, Halak,	Gyros hús 566,02 kJ 135,35 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	Brassói aprópecsenye 2.017,35 kJ 482,43 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	
Galuska 1.275,17 kJ 304,93 kcal A: Glutén, Tojás,	Csemege uborka 60,22 kJ 14,40 kcal A: Mustár,	Mandarin 196,00 kJ 46,87 kcal	Tészta köret durum 1.440,15 kJ 344,38 kcal A: Glutén,	Sült burgonya 1.971,93 kJ 471,54 kcal	Csemege uborka 60,22 kJ 14,40 kcal A: Mustár,	
Fánk 989,44 kJ 236,60 kcal A: Glutén, Tej, Szójabab,				Friss saláta joghurtos öntettel 212,14 kJ 50,73 kcal A: Tej,		

Kalória:	845,66kcal	Kalória:	671,66kcal	Kalória:	792,80kcal	Kalória:	689,41kcal	Kalória:	837,87kcal	Kalória:	679,12kcal	Kalória:	
Energia:	3.536,46kJ	Energia:	2.782,80 kJ	Energia:	3.263,40 kJ	Energia:	2.857,03kJ	Energia:	3.477,88kJ	Energia:	2.808,70kJ	Energia:	
Zsír::	23,5747 g	Zsír::	24,1828 g	Zsír::	19,8985 g	Zsír::	19,8494 g	Zsír::	40,0100 g	Zsír::	24,5326 g	Zsír::	
Fehérje:	53,3704 g	Fehérje:	21,3692 g	Fehérje:	35,1355 g	Fehérje:	41,2227 g	Fehérje:	29,3790 g	Fehérje:	42,3191 g	Fehérje:	
Szénhidrát:	139,7810 g	Szénhidrát:	82,0927 g	Szénhidrát:	112,9650 g	Szénhidrát:	84,1873 g	Szénhidrát:	98,5780 g	Szénhidrát:	71,3003 g	Szénhidrát:	
Só:	3,2365 g	Só:	3,3140 g	Só:	3,0382 g	Só:	1,5745 g	Só:	3,1212 g	Só:	5,2848 g	Só:	
Cukor:	18,7925 g	Cukor:	18,7411 g	Cukor:	25,1070 g	Cukor:	8,7709 g	Cukor:	11,0440 g	Cukor:	14,6061 g	Cukor:	
Tel.zsírsv:	7,2243 g	Tel.zsírsv:	4,7872 g	Tel.zsírsv:	4,1265 g	Tel.zsírsv:	4,2456 g	Tel.zsírsv:	11,3770 g	Tel.zsírsv:	3,8663 g	Tel.zsírsv:	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: NYUGDÍJAS "B"
Dátum: 2026/05/25

Hétfő
2026/05/25

Kedd
2026/05/26

Szerda
2026/05/27

Csütörtök
2026/05/28

Péntek
2026/05/29

Szombat
2026/05/30

Vasárnap
2026/05/31

<p>Zöldborsóleves</p> <p>525,39 kJ 131,85 kcal</p> <p>A: Glutén, Zeller,</p>	<p>Palócleves</p> <p>1.028,09 kJ 258,28 kcal</p> <p>A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,</p>	<p>Sertésraguleves</p> <p>405,03 kJ 103,07 kcal</p> <p>A: Glutén, Tojás, Zeller,</p>	<p>Tarhonyaleves</p> <p>505,52 kJ 127,10 kcal</p> <p>A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,</p>	<p>Gyümölcsleves</p> <p>502,31 kJ 120,22 kcal</p> <p>A: Glutén,</p>
<p>Rántott sajt</p> <p>1.057,18 kJ 252,80 kcal</p> <p>A: Glutén, Tej,</p>	<p>Tejberizs</p> <p>2.170,78 kJ 519,09 kcal</p> <p>A: Tej,</p>	<p>Sült hurka</p> <p>1.212,75 kJ 290,00 kcal</p>	<p>Rántott sertésszelet</p> <p>1.217,80 kJ 291,21 kcal</p> <p>A: Glutén, Tojás,</p>	<p>Sült tarja</p> <p>996,46 kJ 238,28 kcal</p> <p>A: Mustár,</p>
<p>Párolt rizs</p> <p>1.222,06 kJ 292,23 kcal</p> <p>A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,</p>	<p>Mandarin</p> <p>196,00 kJ 46,87 kcal</p>	<p>Tepsis burgonya</p> <p>982,75 kJ 235,00 kcal</p>	<p>Rizibizi</p> <p>1.487,74 kJ 355,76 kcal</p> <p>A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,</p>	<p>Zöldséges rizs</p> <p>1.619,23 kJ 387,20 kcal</p> <p>A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,</p>
<p>Tartármártás</p> <p>690,10 kJ 165,02 kcal</p> <p>A: Tojás, Tej, Mustár,</p>		<p>Sült kolbász</p> <p>787,87 kJ 188,40 kcal</p>	<p>Friss saláta</p> <p>266,76 kJ 63,79 kcal</p>	

Kalória:	Kalória:	841,90kcal	Kalória:	824,24kcal	Kalória:	816,47kcal	Kalória:	837,85kcal	Kalória:	745,70kcal	Kalória:	
Energia:	Energia:	3.494,73 kJ	Energia:	3.394,87 kJ	Energia:	3.388,40kJ	Energia:	3.477,81kJ	Energia:	3.118,00kJ	Energia:	
Zsír::	Zsír::	35,5857 g	Zsír::	18,1185 g	Zsír::	25,7400 g	Zsír::	18,0208 g	Zsír::	24,8945 g	Zsír::	
Fehérje:	Fehérje:	28,1377 g	Fehérje:	32,9855 g	Fehérje:	33,1945 g	Fehérje:	47,2273 g	Fehérje:	27,4347 g	Fehérje:	
Szénhidrát:	Szénhidrát:	95,7431 g	Szénhidrát:	123,0949 g	Szénhidrát:	59,5785 g	Szénhidrát:	111,4481 g	Szénhidrát:	97,5236 g	Szénhidrát:	
Só:	Só:	2,8172 g	Só:	1,5492 g	Só:	2,7210 g	Só:	2,2003 g	Só:	1,7571 g	Só:	
Cukor:	Cukor:	11,5716 g	Cukor:	45,3070 g	Cukor:	10,6350 g	Cukor:	19,9450 g	Cukor:	22,3428 g	Cukor:	
Tel.zsírsvav:	Tel.zsírsvav:	11,1452 g	Tel.zsírsvav:	7,8065 g	Tel.zsírsvav:	9,9280 g	Tel.zsírsvav:	3,4020 g	Tel.zsírsvav:	5,7173 g	Tel.zsírsvav:	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: NYUGDÍJAS "C"
Dátum: 2026/05/25

Hétfő
2026/05/25

Kedd
2026/05/26

Szerda
2026/05/27

Csütörtök
2026/05/28

Péntek
2026/05/29

Szombat
2026/05/30

Vasárnap
2026/05/31

Sertésraguleves 438,47 kJ 111,07 kcal A: Glutén, Tojás, Zeller,	Tarhonyaleves 505,52 kJ 127,10 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,
Gombapaprikás 887,49 kJ 212,22 kcal A: Glutén, Tej,	Rántott karfiol 723,19 kJ 172,93 kcal A: Glutén, Tojás,
Tészta köret durum 1.550,82 kJ 370,84 kcal A: Glutén,	Friss saláta 266,76 kJ 63,79 kcal
	Rizibizi 1.522,32 kJ 364,03 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,

Kalória:
Energia:
Zsír::
Fehérje:
Szénhidrát:
Só:
Cukor:
Tel.zsírsvav:

Kalória:
Energia:
Zsír::
Fehérje:
Szénhidrát:
Só:
Cukor:
Tel.zsírsvav:

Kalória:
Energia:
Zsír::
Fehérje:
Szénhidrát:
Só:
Cukor:
Tel.zsírsvav:

Kalória: 694,13kcal
Energia: 2.876,78kJ
Zsír:: 23,3694 g
Fehérje: 31,3021 g
Szénhidrát: 89,3661 g
Só: 2,7248 g
Cukor: 12,7268 g
Tel.zsírsvav: 5,7536 g

Kalória: 727,85kcal
Energia: 3.017,79kJ
Zsír:: 12,9652 g
Fehérje: 27,2826 g
Szénhidrát: 115,6450 g
Só: 2,0643 g
Cukor: 23,5450 g
Tel.zsírsvav: 1,0620 g

Kalória:
Energia:
Zsír::
Fehérje:
Szénhidrát:
Só:
Cukor:
Tel.zsírsvav:

Kalória:
Energia:
Zsír::
Fehérje:
Szénhidrát:
Só:
Cukor:
Tel.zsírsvav: