

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: NYUGDÍJAS "A"
Dátum: 2026/09/07

Hétfő 2026/09/07	Kedd 2026/09/08	Szerda 2026/09/09	Csütörtök 2026/09/10	Péntek 2026/09/11	Szombat 2026/09/12	Vasárnap 2026/09/13
Tárkonyos sertésraguleves 1.021,08 kJ 252,29 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Tarhonyaleves 895,71 kJ 220,41 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Sajtkrémleves 1.131,54 kJ 278,05 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	Csontleves 783,72 kJ 196,74 kcal A: Glutén, Tojás, Zeller,	Lebbencsleves 724,71 kJ 185,74 kcal A: Glutén, Tojás, Zeller,	Sertés gulyásleves 1.100,06 kJ 269,27 kcal A: Glutén, Tojás, Zeller,	
Rakott burgonya kolbásszal 1.991,14 kJ 476,13 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Brassói aprópecsenye 1.821,38 kJ 435,57 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Sertéshúsos zöldséges bulgur 2.134,76 kJ 510,48 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Paprikás sertésszelet 1.015,03 kJ 242,72 kcal A: Glutén, Tej,	Tészta köret durum 1.440,15 kJ 344,38 kcal A: Glutén,	Piskóta öntettel 1.257,04 kJ 300,59 kcal A: Glutén, Tojás,	
Mandarin 196,00 kJ 46,87 kcal	Csemege uborka 60,22 kJ 14,40 kcal A: Mustár,	Vegyes vágott saláta 226,20 kJ 54,09 kcal	Tört burgonya 1.086,50 kJ 259,81 kcal	Tejszínes gombás csirke 1.199,43 kJ 286,81 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	Kenyér 618,45 kJ 147,89 kcal A: Glutén,	

Kalória:	775,29kcal	Kalória:	670,37kcal	Kalória:	842,61kcal	Kalória:	699,27kcal	Kalória:	816,93kcal	Kalória:	717,75kcal	Kalória:	
Energia:	3.208,23kJ	Energia:	2.777,31 kJ	Energia:	3.492,50 kJ	Energia:	2.885,25kJ	Energia:	3.364,30kJ	Energia:	2.975,55kJ	Energia:	
Zsír::	37,4229 g	Zsír::	22,6609 g	Zsír::	29,8395 g	Zsír::	29,1615 g	Zsír::	22,0040 g	Zsír::	26,8230 g	Zsír::	
Fehérje:	31,0174 g	Fehérje:	35,0411 g	Fehérje:	35,5775 g	Fehérje:	35,2925 g	Fehérje:	41,6520 g	Fehérje:	30,2400 g	Fehérje:	
Szénhidrát:	72,8932 g	Szénhidrát:	73,0901 g	Szénhidrát:	105,3215 g	Szénhidrát:	67,0670 g	Szénhidrát:	104,2240 g	Szénhidrát:	96,3589 g	Szénhidrát:	
Só:	3,1372 g	Só:	3,1882 g	Só:	1,7313 g	Só:	2,3949 g	Só:	2,0816 g	Só:	1,4359 g	Só:	
Cukor:	21,1516 g	Cukor:	15,0765 g	Cukor:	12,2910 g	Cukor:	11,7390 g	Cukor:	11,1360 g	Cukor:	35,4820 g	Cukor:	
Tel.zsírsv:	9,9219 g	Tel.zsírsv:	3,7518 g	Tel.zsírsv:	4,8290 g	Tel.zsírsv:	4,8650 g	Tel.zsírsv:	2,1910 g	Tel.zsírsv:	2,5978 g	Tel.zsírsv:	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: NYUGDÍJAS "B"
Dátum: 2026/09/07

Hétfo 2026/09/07	Kedd 2026/09/08	Szerda 2026/09/09	Csütörtök 2026/09/10	Péntek 2026/09/11	Szombat 2026/09/12	Vasárnap 2026/09/13
Tárkonyos sertésraguleves 1.021,08 kJ 252,29 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Tarhonyaleves 653,62 kJ 162,52 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Sajtkrémleves 578,25 kJ 145,74 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	Csontleves 610,80 kJ 155,39 kcal A: Glutén, Tojás, Zeller,	Lebbencsleves 724,71 kJ 185,74 kcal A: Glutén, Tojás, Zeller,	Zöldbableves magyaros 760,48 kJ 187,45 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	
Mákos metélt 2.163,05 kJ 517,24 kcal A: Glutén, Diófélék,	Sült csirkecomb 1.203,71 kJ 287,84 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Konviktusi sertésszelet 1.167,79 kJ 279,25 kcal A: Tej,	Kelkáposzta fozelék 936,03 kJ 223,86 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Rántott sertésszelet 1.199,58 kJ 286,85 kcal A: Glutén, Tojás,	Búboshús 955,77 kJ 228,58 kcal A: Glutén, Tojás,	
Mandarin 196,00 kJ 46,87 kcal	Csiki saláta 1.628,16 kJ 389,33 kcal A: Tojás, Tej, Mustár,	Rizibizi 1.487,74 kJ 355,76 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Sült tarja 1.002,15 kJ 239,64 kcal A: Mustár,	Petrezselymes rizs 1.434,56 kJ 355,48 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Burgonyapüré 1.237,01 kJ 295,80 kcal A: Tej,	
		Vegyes vágott saláta 176,02 kJ 42,09 kcal	Kenyér 618,45 kJ 147,89 kcal A: Glutén,	Savanyúság vegyes 86,98 kJ 20,80 kcal A: Zeller, Mustár,	Csemege uborka 60,22 kJ 14,40 kcal A: Mustár,	

Kalória:	816,40kcal	Kalória:	839,69kcal	Kalória:	822,84kcal	Kalória:	766,77kcal	Kalória:	848,87kcal	Kalória:	726,23kcal	Kalória:
Energia:	3.380,14kJ	Energia:	3.485,49 kJ	Energia:	3.409,80 kJ	Energia:	3.167,42kJ	Energia:	3.445,83kJ	Energia:	3.013,48kJ	Energia:
Zsír::	26,8383 g	Zsír::	40,9559 g	Zsír::	23,9495 g	Zsír::	32,9147 g	Zsír::	22,1785 g	Zsír::	18,8078 g	Zsír::
Fehérje:	33,5970 g	Fehérje:	54,2551 g	Fehérje:	47,9075 g	Fehérje:	37,9406 g	Fehérje:	41,1859 g	Fehérje:	40,3423 g	Fehérje:
Szénhidrát:	105,0533 g	Szénhidrát:	60,2203 g	Szénhidrát:	91,8695 g	Szénhidrát:	74,5561 g	Szénhidrát:	113,6246 g	Szénhidrát:	87,8622 g	Szénhidrát:
Só:	2,2042 g	Só:	5,2378 g	Só:	3,3523 g	Só:	2,7176 g	Só:	3,9435 g	Só:	4,2690 g	Só:
Cukor:	26,8439 g	Cukor:	24,0705 g	Cukor:	11,4390 g	Cukor:	4,8988 g	Cukor:	9,7070 g	Cukor:	18,6661 g	Cukor:
Tel.zsírsav:	4,0405 g	Tel.zsírsav:	9,0015 g	Tel.zsírsav:	7,1570 g	Tel.zsírsav:	6,1588 g	Tel.zsírsav:	3,6185 g	Tel.zsírsav:	1,8903 g	Tel.zsírsav:

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Hraska Zoltán

Menü: NYUGDÍJAS "C"
Dátum: 2026/09/07

Hétfo 2026/09/07	Kedd 2026/09/08	Szerda 2026/09/09	Csütörtök 2026/09/10	Péntek 2026/09/11	Szombat 2026/09/12	Vasárnap 2026/09/13
Tarhonyaleves 895,71 kJ220,41 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Sajtkrémleves 924,04 kJ228,43 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,	Csontleves 783,72 kJ196,74 kcal A: Glutén, Tojás, Zeller,	Lebbencsleves 724,71 kJ185,74 kcal A: Glutén, Tojás, Zeller,			
Grill camembert sajt 353,87 kJ84,66 kcal A: Tej,	Csoben sült zöldségek 815,15 kJ194,98 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Csicseriborsó fasírt 1.621,32 kJ387,70 kcal A: Glutén,	Tészta köret durum 1.440,15 kJ344,38 kcal A: Glutén,			
Csiki saláta 1.750,64 kJ418,62 kcal A: Tojás, Tej, Mustár,	Zöldséges bulgur 1.327,25 kJ317,38 kcal A: Glutén,	Kelkáposzta fozelék 936,03 kJ223,86 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Zöldborsó pörkölt 1.082,63 kJ258,89 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,			
	Vegyes vágott saláta 226,20 kJ54,09 kcal					

Kalória:	Kalória:	723,69kcal	Kalória:	794,87kcal	Kalória:	808,29kcal	Kalória:	789,00kcal	Kalória:		Kalória:
Energia:	Energia:	3.000,22 kJ	Energia:	3.292,64 kJ	Energia:	3.341,07kJ	Energia:	3.247,50kJ	Energia:		Energia:
Zsír::	Zsír::	42,9671 g	Zsír::	21,5540 g	Zsír::	44,9862 g	Zsír::	16,7810 g	Zsír::		Zsír::
Fehérje:	Fehérje:	15,2946 g	Fehérje:	31,4048 g	Fehérje:	25,3173 g	Fehérje:	35,7510 g	Fehérje:		Fehérje:
Szénhidrát:	Szénhidrát:	64,2879 g	Szénhidrát:	115,5663 g	Szénhidrát:	73,2731 g	Szénhidrát:	109,8200 g	Szénhidrát:		Szénhidrát:
Só:	Só:	4,1197 g	Só:	2,7327 g	Só:	2,8910 g	Só:	2,1446 g	Só:		Só:
Cukor:	Cukor:	24,8665 g	Cukor:	17,4675 g	Cukor:	9,6270 g	Cukor:	22,0320 g	Cukor:		Cukor:
Tel.zsírsv:	Tel.zsírsv:	9,1455 g	Tel.zsírsv:	3,2355 g	Tel.zsírsv:	4,4255 g	Tel.zsírsv:	2,2130 g	Tel.zsírsv:		Tel.zsírsv: