



ÉTLAP

2023.01.02-2023.01.06

01 hét.

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd leves	Frankfurti leves Allergén:glutén mustár szója tej EN:287 SZH:17.8 SÓ:0.8 ZSÍR:18.7 FE:11.4.	Magyaros zellerleves Allergén:glutén tojás zeller EN:122 SZH:12.9 SÓ:0.3 ZSÍR:6.4 FE:2.5.	Vegyes zöldségleves Allergén:glutén tojás zeller EN:100 SZH:10.2 SÓ:0.5 ZSÍR:5.4 FE:2.3.	Felesborsó leves Allergén:glutén EN:204 SZH:28.2 SÓ:0.6 ZSÍR:5.7 FE:9.8.	Burgonyagulyás Allergén:glutén EN:200 SZH:31.0 SÓ:0.4 ZSÍR:5.5 FE:5.8.
Ebéd menü	Parajfőzelék Főtt tojás Főtt burgonya Allergén:glutén tej tojás EN:590 SZH:70.0 SÓ:1.5 ZSÍR:20.6 FE:29.2.	Hentestokány Csavart tészta Allergén:glutén mustár tej tojás EN:597 SZH:70.2 SÓ:0.7 ZSÍR:25.6 FE:19.8.	Baromfipálcás lecsó Tarhonya Allergén:glutén mustár szója EN:342 SZH:58.9 SÓ:1.1 ZSÍR:6.9 FE:9.7.	Fűszeres pulykasült Vajas burgonyapüré Káposztasaláta Allergén:tej EN:606 SZH:91.4 SÓ:2.7 ZSÍR:18.6 FE:16.2.	Pizzaszószosz spagetti Reszelt sajt Allergén:glutén tej tojás EN:600 SZH:56.8 SÓ:2.7 ZSÍR:25.5 FE:35.0.

Beszerzéstől függően az étlap változhat.

Élelmezésvezető

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata (EN:energia, kcal/adag;SZH:szénhidrát, g/adag; SÓ:sótartalom,g/adag;ZSÍR:zsírtartalom,g/adag)



ÉTLAP

2023.01.09-2023.01.13

02 hét.

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd leves	Grízgaluska leves Allergén:glutén tojás zeller EN:324 SZH:24.1 SÓ:0.8 ZSÍR:17.1 FE:16.3.	Kapros káposztaleves Allergén:glutén tej EN:231 SZH:26.3 SÓ:0.1 ZSÍR:12.1 FE:3.6.	Gombakrémleves Allergén:glutén tej tojás EN:173 SZH:12.0 SÓ:1.3 ZSÍR:11.4 FE:5.1.	Zöldségleves Allergén:glutén tojás zeller EN:109 SZH:12.3 SÓ:0.3 ZSÍR:5.4 FE:2.4.	Tarhonyaleves Allergén:glutén tojás EN:155 SZH:22.1 SÓ:0.8 ZSÍR:5.6 FE:3.7.
Ebéd A menü	Hagymás - tejfölös nudli Allergén:glutén tej tojás EN:290 SZH:38.6 SÓ:1.8 ZSÍR:7.4 FE:15.8.	Halas - paradicsomos spagetti Allergén:glutén halak tej tojás EN:493 SZH:52.9 SÓ:0.7 ZSÍR:20.6 FE:23.1.	Kakukkfűves pulykatokány Párolt rizs Céklasaláta Allergén:glutén tej EN:492 SZH:79.1 SÓ:0.9 ZSÍR:8.7 FE:23.5.	Babfőzelék Sült sertésapró Allergén:glutén tej EN:619 SZH:55.7 SÓ:0.9 ZSÍR:29.2 FE:32.2.	Sörkifli -sajtos- Allergén:glutén tej tojás EN:572 SZH:54.3 SÓ:1.2 ZSÍR:30.1 FE:20.1.
Ebéd B menü	Zöldborsófőzelék Fasírozott Allergén:glutén tej tojás EN:632 SZH:59.5 SÓ:1.0 ZSÍR:28.6 FE:32.8.	Fűszeres sült oldalas Tört burgonya Savanyú uborka Allergén:kén-dioxid mustár tej EN:819 SZH:57.3 SÓ:3.2 ZSÍR:55.8 FE:19.4.	Tepsis burgonya Céklasaláta EN:364 SZH:50.9 SÓ:1.5 ZSÍR:11.6 FE:12.5.	Almás csirkecomb Sütőtökös burgonyapüré Allergén:glutén tej EN:602 SZH:68.8 SÓ:1.4 ZSÍR:18.5 FE:38.0.	Túrós derelye Porcukor Allergén:glutén tej tojás EN:615 SZH:111.1 SÓ:0.5 ZSÍR:15.7 FE:26.3.

Beszerzéstől függően az étlap változhat.

Élelmezésvezető

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata (EN:energia, kcal/adag;SZH:szénhidrát, g/adag; SÓ:sótartalom,g/adag;ZSÍR:zsírtartalom,g/adag)



ÉTLAP

2023.01.16-2023.01.20

03 hét.

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd leves	Rántott leves Levesgyöngy Allergén:glutén tej tojás EN:187 SZH:15.1 SÓ:0.3 ZSÍR:12.7 FE:2.7.	Fahéjas szilvaleves Allergén:glutén tej EN:130 SZH:21.4 SÓ:0.1 ZSÍR:3.4 FE:2.4.	Húsgaluska leves Allergén:glutén tojás zeller EN:173 SZH:12.4 SÓ:0.8 ZSÍR:10.6 FE:6.6.	Burgonyaleves Allergén:glutén EN:188 SZH:29.9 SÓ:0.6 ZSÍR:5.4 FE:4.2.	Tejfölös bableves Allergén:glutén tej tojás EN:270 SZH:31.0 SÓ:1.0 ZSÍR:11.1 FE:11.1.
Ebéd A menü	Parajfőzelék Főtt tojás Főtt burgonya Allergén:glutén tej tojás EN:624 SZH:77.0 SÓ:1.5 ZSÍR:21.0 FE:29.6.	Borsos tokány Párolt rizs Savanyú uborka Allergén:glutén kén-dioxid mustár EN:571 SZH:65.8 SÓ:2.8 ZSÍR:23.3 FE:23.4.	Natúr sertésszelet Paradicsomos káposzta Allergén:glutén zeller EN:513 SZH:63.5 SÓ:0.8 ZSÍR:17.8 FE:22.7.	Bakonyi csirkeragu Szarvacska tészta Allergén:glutén tej EN:563 SZH:65.9 SÓ:0.7 ZSÍR:21.8 FE:25.0.	Grízes tészta Kajszi lekvár Allergén:glutén kén-dioxid tojás EN:530 SZH:103.4 SÓ:0.5 ZSÍR:6.7 FE:12.9.
Ebéd B menü	Paprikáskrumpli baromfipálcával Csalamádé Allergén:glutén kén-dioxid mustár szója EN:618 SZH:67.6 SÓ:2.5 ZSÍR:30.1 FE:17.0.	Rántott csirkemáj Franciasaláta Allergén:glutén mustár tej tojás EN:953 SZH:67.4 SÓ:1.6 ZSÍR:60.9 FE:31.8.	Mákos tészta Porcukor Allergén:glutén tojás EN:686 SZH:111.0 SÓ:0.8 ZSÍR:18.4 FE:17.7.	Felesborsó főzelék Fasírozott Allergén:glutén tojás EN:630 SZH:64.2 SÓ:1.3 ZSÍR:27.4 FE:30.7.	Juhtúrós sztrapacska Allergén:glutén tej tojás EN:622 SZH:67.7 SÓ:1.9 ZSÍR:28.1 FE:23.4.

Beszerzéstől függően az étlap változhat.

Élelmezésvezető

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata (EN:energia, kcal/adag;SZH:szénhidrát, g/adag; SÓ:sótartalom,g/adag;ZSÍR:zsírtartalom,g/adag)



ÉTLAP

2023.01.23-2023.01.27

04 hét.

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd leves	Kolbászos lencseleves Allergén:glutén tojás zeller EN:287 SZH:31.3 SÓ:0.7 ZSÍR:11.0 FE:15.2.	Sertésragu leves Allergén:glutén tojás zeller EN:244 SZH:7.3 SÓ:0.8 ZSÍR:18.3 FE:12.0.	Rizsleves Allergén:zeller EN:110 SZH:13.6 SÓ:0.7 ZSÍR:5.1 FE:1.9.	Karfiolleves Allergén:glutén zeller EN:104 SZH:10.9 SÓ:0.7 ZSÍR:5.3 FE:2.7.	Zöldborsóleves Allergén:glutén zeller EN:138 SZH:16.7 SÓ:0.7 ZSÍR:5.4 FE:5.4.
Ebéd A menü	Tejszínes brokkolífőzelék Csevap Allergén:glutén tej tojás zeller EN:565 SZH:23.4 SÓ:0.5 ZSÍR:39.7 FE:27.5.	Gombapaprikás Csavart tészta Allergén:glutén tej tojás EN:532 SZH:69.9 SÓ:1.0 ZSÍR:19.7 FE:18.0.	Paprikás sült halfilé Céklás-spenótos bulgursaláta Allergén:glutén halak EN:337 SZH:42.6 SÓ:1.4 ZSÍR:6.6 FE:23.5.	Rizseshús Savanyú uborka Allergén:kén-dioxid mustár EN:487 SZH:37.3 SÓ:2.4 ZSÍR:27.4 FE:21.6.	Lekváros derelye Fahéjas szórát Allergén:glutén kén-dioxid tojás EN:649 SZH:124.3 SÓ:1.2 ZSÍR:9.3 FE:15.7.
Ebéd B menü	Burgonyás tészta Káposztasaláta Allergén:glutén tojás EN:576 SZH:101.7 SÓ:1.4 ZSÍR:11.2 FE:15.1.	Rántott csirkecomb filé Majonézes kukoricasaláta Allergén:glutén mustár tej tojás EN:761 SZH:67.8 SÓ:1.5 ZSÍR:41.3 FE:28.2.	Joghurtos zöldbabfőzelék Sült baromfipálca Allergén:glutén szója tej EN:436 SZH:23.5 SÓ:1.3 ZSÍR:29.0 FE:19.5.	Sült sertésszelet Petrezselymes burgonya Savanyú uborka Allergén:glutén kén-dioxid mustár EN:485 SZH:53.4 SÓ:2.6 ZSÍR:16.3 FE:29.2.	Olaszos tészta Reszelt sajt Allergén:glutén tej tojás EN:512 SZH:46.0 SÓ:2.0 ZSÍR:24.5 FE:25.9.

Beszerzéstől függően az étlap változhat.

Élelmezésvezető

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata (EN:energia, kcal/adag;SZH:szénhidrát, g/adag; SÓ:sótartalom,g/adag;ZSÍR:zsírtartalom,g/adag)