



# ÉTLAP

2024.06.03-2024.06.07

23 hét.

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd leves	Káposztás bableves kolbásszal  Allergén: zeller EN:176 SZH:26.6 SÓ:0.6 ZSÍR:3.1 FE:10.1.	Vegyes gyümölcsleves  Allergén: glutén tej EN:171 SZH:31.6 SÓ:0.2 ZSÍR:3.6 FE:2.2.	Zelleres paradicsomleves  Allergén: glutén zeller EN:166 SZH:24.5 SÓ:0.9 ZSÍR:5.6 FE:3.9.	Karfiolkrémleves Levesgyöngy  Allergén: glutén tej tojás EN:181 SZH:15.8 SÓ:0.4 ZSÍR:10.4 FE:5.5.	Lencsegulyás  Allergén: glutén tojás zeller EN:228 SZH:31.2 SÓ:0.1 ZSÍR:5.9 FE:12.1.
Ebéd A menü	Morzásos nudli Kajszi lekvár  Allergén: glutén kén-dioxid tojás EN:729 SZH:146.6 SÓ:1.0 ZSÍR:7.1 FE:17.6.	Rántott sertésmáj Franciasaláta  Allergén: glutén mustár tej tojás EN:962 SZH:67.0 SÓ:1.6 ZSÍR:62.3 FE:31.4.	Vagdaltszelet Tört burgonya Káposztasaláta  Allergén: glutén tej tojás EN:686 SZH:80.6 SÓ:2.2 ZSÍR:29.7 FE:22.2.	Zöldfűszeres hal csipsz Párolt vegyes zöldség  Allergén: halak tej EN:297 SZH:22.7 SÓ:1.5 ZSÍR:12.6 FE:22.3.	Szilvágombóc Fahéjas szórat  Allergén: glutén tojás EN:793 SZH:156.5 SÓ:1.0 ZSÍR:9.8 FE:16.9.
Ebéd B menü	Burgonyás tészta Tejfölös uborkasaláta  Allergén: glutén tej tojás EN:579 SZH:92.5 SÓ:1.1 ZSÍR:15.2 FE:15.9.	Borsos tokány Párolt rizs Idénysaláta  Allergén: glutén EN:599 SZH:72.3 SÓ:1.1 ZSÍR:23.4 FE:23.7.	Tejszínes brokkolifőzelék Baromfipálcapörkölt  Allergén: glutén szója tej EN:466 SZH:18.3 SÓ:1.1 ZSÍR:35.8 FE:16.8.	Tejfölös pulykaragu Pirított kuskusz  Allergén: glutén tej EN:654 SZH:84.4 SÓ:1.0 ZSÍR:19.2 FE:33.0.	Pizzasósos spagetti  Allergén: glutén tej tojás EN:553 SZH:70.4 SÓ:2.0 ZSÍR:17.4 FE:27.5.

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

2024.06.10-2024.06.14

24 hét.

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd leves	Karalábéleves  Allergén:glutén zeller EN:109 SZH:12.5 SÓ:0.7 ZSÍR:5.2 FE:2.6.	Barackos - szilvás gyümölcsleves  Allergén:glutén tej EN:171 SZH:31.6 SÓ:0.3 ZSÍR:3.6 FE:2.2.	Kaporkrémleves túrósgaluskával  Allergén:glutén tej tojás EN:268 SZH:34.3 SÓ:0.7 ZSÍR:11.2 FE:7.0.	Zöldségleves  Allergén:glutén tojás zeller EN:109 SZH:12.3 SÓ:0.3 ZSÍR:5.4 FE:2.4.	Zöldbabgulyás  Allergén:glutén zeller EN:109 SZH:12.2 SÓ:0.2 ZSÍR:5.3 FE:2.8.
Ebéd A menü	Tavaszi rizseshús Káposztasaláta  EN:511 SZH:65.0 SÓ:1.4 ZSÍR:19.7 FE:17.4.	Mexikói főzelék Főtt tojás  Allergén:glutén tej tojás EN:465 SZH:41.9 SÓ:0.9 ZSÍR:20.0 FE:26.9.	Fokhagymás sertéssült Petrezselymes burgonya Fejes saláta  EN:525 SZH:60.2 SÓ:1.5 ZSÍR:19.0 FE:26.5.	Töltött paprika Főtt burgonya  Allergén:glutén tojás zeller EN:797 SZH:112.0 SÓ:1.5 ZSÍR:25.3 FE:28.4.	Rakott burgonya Friss vegyes saláta  Allergén:glutén tej tojás EN:541 SZH:54.2 SÓ:1.1 ZSÍR:26.1 FE:21.6.
Ebéd B menü	Kolbászos lecsó Tarhonya  Allergén:glutén tojás EN:508 SZH:70.3 SÓ:1.5 ZSÍR:17.2 FE:16.9.	Bolognai spagetti  Allergén:glutén tej tojás EN:479 SZH:53.7 SÓ:0.8 ZSÍR:19.8 FE:20.8.	Sült csirkecomb Meggy mártás Pírtott dara  Allergén:glutén tej EN:670 SZH:88.1 SÓ:1.7 ZSÍR:20.6 FE:30.7.	Vadas szelet Spagetti tészta  Allergén:glutén mustár tej tojás zeller EN:992 SZH:89.6 SÓ:1.1 ZSÍR:54.9 FE:33.1.	Gyümölcslepeny  Allergén:glutén tej tojás EN:434 SZH:67.0 SÓ:0.3 ZSÍR:13.9 FE:8.5.

Beszerezéstől 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

2024.06.17-2024.06.21

25 hét.

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd leves	Gyümölcsleves  Allergén:glutén tej EN:159 SZH:28.6 SÓ:0.1 ZSÍR:3.6 FE:2.2.	Gombaleves  Allergén:glutén zeller EN:108 SZH:10.6 SÓ:0.7 ZSÍR:5.2 FE:4.5.	Zellerkrémleves Levesgyöngy  Allergén:glutén tej tojás zeller EN:250 SZH:20.6 SÓ:1.0 ZSÍR:16.2 FE:4.5.	Sertéshúsleves  Allergén:glutén tojás zeller EN:200 SZH:5.3 SÓ:0.8 ZSÍR:14.4 FE:11.7.	Babgulyás  Allergén:glutén tojás zeller EN:441 SZH:36.9 SÓ:0.7 ZSÍR:22.5 FE:21.8.
Ebéd A menü	Brokkolifőzelék Sertéspörkölt  Allergén:glutén tej EN:600 SZH:32.9 SÓ:1.6 ZSÍR:36.9 FE:32.2.	Vagdaltszelet Bulgursaláta  Allergén:glutén tojás EN:573 SZH:69.9 SÓ:1.9 ZSÍR:22.7 FE:24.9.	Rizseshús Kovászos uborka  Allergén:glutén EN:487 SZH:37.0 SÓ:2.4 ZSÍR:27.5 FE:22.2.	Paradicsommártás Főtt sertésszelet Főtt burgonya  Allergén:glutén zeller EN:578 SZH:81.3 SÓ:1.9 ZSÍR:14.3 FE:29.0.	Szilvágombóc Édes tejföl  Allergén:glutén tej tojás EN:801 SZH:134.3 SÓ:1.1 ZSÍR:19.8 FE:19.0.
Ebéd B menü	Spenótos spagetti sajttal  Allergén:glutén tej tojás EN:461 SZH:64.7 SÓ:0.9 ZSÍR:12.7 FE:20.3.	Fűszeres pulykaragu Tészta köret Savanyúság  Allergén:glutén kén-dioxid EN:629 SZH:68.0 SÓ:0.7 ZSÍR:26.4 FE:29.0.	Fokhagymás sült sertésmáj Franciasaláta  Allergén:glutén mustár tej tojás EN:796 SZH:44.6 SÓ:1.6 ZSÍR:55.9 FE:26.9.	Lecsós csirke Tarhonya  Allergén:glutén tojás EN:568 SZH:65.1 SÓ:1.7 ZSÍR:19.2 FE:32.8.	Burgonyás tészta Káposztasaláta  Allergén:glutén tojás EN:542 SZH:94.7 SÓ:1.4 ZSÍR:10.8 FE:14.7.

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)