



ÉTLAP

2023.01.09-2023.01.13

02 hét.

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Gyümölcstea Pizzasonka Natúr vajkrém Kenyér Allergén:glutén szója tej EN:359 SZH:48.0 SÓ:1.8 ZSÍR:10.0 FE:18.6.	Tej Fatörzs kifli Gyümölcslekvár Margarin Allergén:glutén kén-dioxid tej tojás EN:551 SZH:69.9 SÓ:1.4 ZSÍR:20.9 FE:19.8.	Citromos tea Főtt baromfipálca Mustár,Ketchup Kenyér Allergén:glutén mustár szója zeller EN:593 SZH:70.7 SÓ:4.1 ZSÍR:23.9 FE:23.3.	Karamellás tej Fonottka Margarin Allergén:glutén tej tojás EN:360 SZH:32.5 SÓ:1.1 ZSÍR:19.4 FE:13.3.	Gyümölcstea Póréhagymás túrókrém Napraforgómagos zsemle Allergén:glutén tej tojás EN:402 SZH:73.0 SÓ:1.3 ZSÍR:3.8 FE:17.7.
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.
Vacsora	Citromos tea Bácskai rizseshús Házi vegyes savanyúság EN:649 SZH:73.9 SÓ:1.1 ZSÍR:27.6 FE:22.7.	Mákos guba Vaníliás öntet Citromos tea Allergén:glutén tej EN:705 SZH:112.5 SÓ:0.9 ZSÍR:24.2 FE:25.8.	Mexikói főzelék Sült debreceni Kenyér Allergén:glutén szója tej EN:698 SZH:78.8 SÓ:2.5 ZSÍR:27.4 FE:31.3.	Őszibarack gyümölcstea Száras szalámi Margarin,Lilahagyma Kenyér Allergén:glutén szója EN:602 SZH:51.7 SÓ:3.5 ZSÍR:33.3 FE:22.8.	

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)

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Citromos tea Tepertőkrém Zöldpaprika Kenyér Allergén:glutén mustár EN:563 SZH:49.9 ZSÍR:34.3 FE:12.7 SÓ:1.2.	Kakaó Gabonapehely Natúr sajtkrém Kenyér Allergén:glutén tej EN:611 SZH:106.2 SÓ:2.6 ZSÍR:11.1 FE:20.3.	Citromos tea Soproni felvágott Margarin,Fekete retek Félbarna kenyér Allergén:glutén EN:409 SZH:47.4 SÓ:2.9 ZSÍR:18.2 FE:13.0.	Vaníliás tej Mogorókrém Zsemle Allergén:diófélék glutén szója tej EN:527 SZH:87.0 SÓ:1.2 ZSÍR:12.5 FE:15.8.	Gyümölcstea Tojáskrém Lilahagyma Teljes kiőrlésű bagett Allergén:glutén mustár tej tojás EN:403 SZH:64.1 SÓ:1.3 ZSÍR:8.2 FE:5.9.
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.
Vacsora	Son-go-ku tészta Banán Allergén:glutén tej tojás EN:794 SZH:111.0 SÓ:1.0 ZSÍR:22.8 FE:34.8.	Citromos tea Zöldbabfőzelék Sült csirkeszárny Allergén:glutén tej EN:372 SZH:36.3 SÓ:0.6 ZSÍR:15.9 FE:19.7.	Zöldfűszeres sült halszelet Párolt vegyes zöldség Félköret párolt rizs Allergén:halak tej EN:537 SZH:65.6 SÓ:1.7 ZSÍR:15.2 FE:32.5.	Füstölt kolbász Ecetes torma Félbarna kenyér Túró rudi Allergén:glutén szója tej EN:529 SZH:65.9 SÓ:2.5 ZSÍR:19.7 FE:20.9.	

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)



ÉTLAP

2023.01.23-2023.01.27

04 hét.

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Citromos tea Búzacsíras margarin Pritaminos felvágott Kenyér Allergén:glutén szója EN:409 SZH:50.0 SÓ:2.1 ZSÍR:16.5 FE:13.5.	Tej Fonott kalács Margarin Ribizli lekvár Allergén:glutén kén-dioxid tej tojás EN:565 SZH:67.9 SÓ:1.9 ZSÍR:21.7 FE:23.6.	Citromos tea Margarin Főtt tojás szelet Zölduborka Allergén:tojás EN:108 SZH:10.9 SÓ:0.3 ZSÍR:6.2 FE:1.7.	Karamellás tej Édes túrókrém Kenyér Allergén:glutén tej EN:449 SZH:71.8 SÓ:1.4 ZSÍR:7.5 FE:22.8.	Citromos tea Sárgarépas sajtkrém Teljes kiőrlésű bagett Allergén:glutén tej tojás EN:385 SZH:63.0 SÓ:1.5 ZSÍR:7.8 FE:3.5.
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 szórat 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.
Vacsora	Stefánia szelet Sárgarépas rizs Savanyú paprika Citromos tea Allergén:glutén kén-dioxid mustár tojás EN:580 SZH:70.7 SÓ:1.8 ZSÍR:23.3 FE:20.6.	Erdei gyümölcsstea Hot-dog Mustár,Ketchup Mandarin Allergén:glutén mustár szója tej zeller EN:693 SZH:92.5 SÓ:2.8 ZSÍR:24.2 FE:24.8.	Gyümölcsös tejberizs Müzli szelet Allergén:diófélék földimogyoró glutén kén-dioxid szezámmag szója tej EN:364 SZH:59.3 SÓ:0.2 ZSÍR:9.0 FE:10.5.	Citromos tea Baromfi felvágott Szelet sajt,Póréhagyma Kenyér Allergén:glutén szója tej EN:451 SZH:55.4 SÓ:2.7 ZSÍR:15.8 FE:20.9.	

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)