ÉTLAP

2026.12.07-2026.12.11 50 hét.

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Erdei gyümölcstea Főtt tojás (3) Margarin Savanyú uborka (2,12,15) Kenyér (1) EN:403 SZH:45.1 SÓ:3.6 ZSÍR:16.0 FE:19.1.	Kakaó (7) Briós (1,3,7) Margarin méz EN:518 SZH:86.4 SÓ:1.1 ZSÍR:12.1 FE:15.1.	Citromos tea Natúr vajkrém (7) Póréhagyma Félbarna kenyér (1) EN:281 SZH:47.3 ZSÍR:6.2 FE:8.1 SÓ:1.1.	Vaníliás tej (7) Szalámis szendvics (1,6,7) EN:450 SZH:55.8 SÓ:1.0 ZSÍR:16.6 FE:18.5.	Gyümölcstea Körözött (7) Kenyér (1) EN:277 SZH:45.1 SÓ:1.2 ZSÍR:4.8 FE:12.8.
Ebéd leves	Felesborsó gulyás (1,3) EN:367 SZH:26.9 SÓ:0.3 ZSÍR:20.3 FE:19.0.	Kertészleves (1,9) EN:103 SZH:11.8 SÓ:0.2 ZSÍR:4.8 FE:2.8.	Parajkrémleves sajtszórattal (1,7) EN:189 SZH:17.9 SÓ:0.8 ZSÍR:8.6 FE:9.7.	Almás meggyleves (1,7) EN:127 SZH:22.3 SÓ:0.1 ZSÍR:3.3 FE:1.3.	Gulyásleves (1,3,9) EN:311 SZH:21.8 SÓ:0.3 ZSÍR:18.8 FE:13.0.
Ebéd A menü	Rántott gomba (1,3) Párolt rizs Tartármártás (2,3,7) EN:646 SZH:75.7 SÓ:0.8 ZSÍR:31.3 FE:14.3.	Zöldborsófőzelék (1,7) Vagdalt (1,3) EN:625 SZH:56.6 SÓ:1.0 ZSÍR:29.5 FE:32.0.	Sült csirkecomb csíkok Burgonyapüré (7) Savanyú uborka (2,12,15) EN:451 SZH:49.8 SÓ:3.2 ZSÍR:15.0 FE:27.3.	Sült csirkemáj (1) Majonézes burgonyasaláta (2,3,7) EN:731 SZH:35.6 SÓ:1.3 ZSÍR:54.9 FE:21.8.	Mákos nudli (1,3) Vaníliás öntet (7) EN:675 SZH:109.5 SÓ:0.9 ZSÍR:22.2 FE:23.4.
Ebéd B menü	Bolognai spagetti (1,3,7) Reszelt sajt (7) EN:531 SZH:48.7 SÓ:1.3 ZSÍR:25.4 FE:26.2.	Pásztortarhonya (1,3) Céklasaláta (12,15) EN:439 SZH:63.5 SÓ:1.4 ZSÍR:14.3 FE:13.0.	Borsos tokány (1) Párolt rizs Savanyú uborka (2,12,15) EN:514 SZH:59.2 SÓ:2.5 ZSÍR:21.0 FE:21.1.	Felesborsó főzelék (1) Sült kolbász EN:502 SZH:42.6 SÓ:1.8 ZSÍR:25.4 FE:25.3.	Joghurtos - bazsalikomos tészta (1,7) EN:375 SZH:61.6 SÓ:0.8 ZSÍR:8.6 FE:12.1.
Uzsonna	Zala felvágott Petrezselymes vajkrém (7) Zsemle (1) EN:385 SZH:43.0 SÓ:1.8 ZSÍR:17.0 FE:14.6.	Gyümölcsjoghurt (1,7) Kifli (1,7) EN:274 SZH:48.9 SÓ:1.3 ZSÍR:4.3 FE:9.3.	Löncs felvágott (6) Zsemle (1) Zöldpaprika EN:330 SZH:44.6 SÓ:1.7 ZSÍR:10.6 FE:13.8.	Sajtos párizsi (1,6,7) Margarin Zöldség Kenyér (1) EN:303 SZH:36.7 SÓ:2.0 ZSÍR:12.1 FE:11.8.	Kockasajt (7) Magvas kifli (1,3,7) EN:320 SZH:36.2 SÓ:0.9 ZSÍR:13.2 FE:13.2.

llergének: 1 glutén,2 mustár,3 tojás,4 halak,5 földimogyoró,6 szója,7 tej.8 diófélék,9 zeller,10 rákfélék,11 szezámmag,12 kén-dioxid,13 csillagfürt,14 puhatestűek,15 édesítősze

Beszerzéstől függően az étlap változhat. Élelmezésvezető

tartalom jelölés magyarázata (EN:energia, kcal/adag;SZH:szénhidrát, g/adag; SÓ:sótartalom,g/adag;ZSÍR:zsírtartalom,g/adag,TZS:telített zsírsav g/adag,HCK:hozzáadott cuk

ÉTLAP

2026.12.14-2026.12.17 51 hét.

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Citromos tea Póréhagymás vajkrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:229 SZH:34.4 SÓ:0.6 ZSÍR:7.8 FE:5.0.	Tej (7) Fonott kalács (1,3,7) Margarin EN:456 SZH:59.1 SÓ:1.3 ZSÍR:16.6 FE:16.9.	Gyümölcstea Párizsikrém (2,6,7) Magos zsemle (1,3,7,11) Savanyú uborka (2,12,15) EN:327 SZH:48.8 SÓ:3.4 ZSÍR:9.8 FE:9.9.	Tej (7) Sajtos szendvics (1,7) EN:442 SZH:47.5 SÓ:1.4 ZSÍR:18.6 FE:20.5.	Citromos tea Vajas - lekváros kalács (1,3,7,12) EN:268 SZH:48.3 SÓ:1.1 ZSÍR:5.2 FE:6.6.
Ebéd leves	Sertésragu leves (1,3,9) EN:220 SZH:6.6 SÓ:0.7 ZSÍR:16.5 FE:10.8.	Tojásleves (1,3) EN:115 SZH:6.1 SÓ:0.2 ZSÍR:8.6 FE:3.3.	Lencseleves (1,3,9) EN:205 SZH:28.1 SÓ:0.1 ZSÍR:5.3 FE:10.9.	Joghurtos zöldborsó krémleves (1,7) EN:113 SZH:14.2 SÓ:0.2 ZSÍR:3.2 FE:6.1.	Frankfurti leves (1,2,6,7) EN:258 SZH:16.0 SÓ:0.7 ZSÍR:16.8 FE:10.3.
Ebéd A menü	Túrós tészta (1,3,7) Porcukor EN:535 SZH:74.3 SÓ:0.8 ZSÍR:15.8 FE:23.2.	Temesvári tokány (1,7) Párolt rizs EN:440 SZH:60.2 SÓ:0.3 ZSÍR:15.2 FE:14.9.	Tepsis burgonya Savanyúság (12,15) EN:287 SZH:36.6 SÓ:1.2 ZSÍR:10.5 FE:10.7.	Chilis bab (1) EN:349 SZH:41.3 SÓ:0.3 ZSÍR:8.9 FE:25.4.	Sajtos - tejfölös tészta (1,3,7) EN:510 SZH:54.0 SÓ:0.8 ZSÍR:22.1 FE:22.8.
Ebéd B menü	Káposztás tészta (1,3) Porcukor Lekvár (12) EN:551 SZH:104.3 SÓ:0.7 ZSÍR:8.9 FE:12.4.	Kolbászos lecsó Tarhonya (1,3) EN:457 SZH:63.2 SÓ:1.3 ZSÍR:15.5 FE:15.2.	Bakonyi csirkeragu (1,7) Párolt rizs EN:423 SZH:61.9 SÓ:0.5 ZSÍR:10.7 FE:19.2.	Sertéspörkölt Főtt burgonya Savanyúság (12,15) EN:528 SZH:48.3 SÓ:1.6 ZSÍR:26.2 FE:23.6.	
Uzsonna	Szalámis szendvics (1,6,7) EN:319 SZH:34.4 SÓ:0.8 ZSÍR:14.2 FE:12.8.	Tavaszi felvágott (6) Kenyér (1) Zöldpaprika EN:244 SZH:36.7 SÓ:1.7 ZSÍR:5.9 FE:10.8.	Kifli (1,7) Natúr joghurt (7) EN:244 SZH:37.8 SÓ:1.2 ZSÍR:6.3 FE:8.5.	Kornspitz kifli (1) Alma EN:257 SZH:50.3 SÓ:1.2 ZSÍR:1.7 FE:9.8.	Szelet sajt (7) Kenyér (1) Zöldség EN:242 SZH:35.6 SÓ:1.6 ZSÍR:5.6 FE:11.9.

Allergének: 1 glutén,2 mustár,3 tojás,4 halak,5 földimogyoró,6 szója,7 tej.8 diófélék,9 zeller,10 rákfélék,11 szezámmag,12 kén-dioxid,13 csillagfürt,14 puhatestűek, 15 édesítőszer

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,TZS:telített zsírsav g/adag,HCK:hozzáadott cukor g/adag)