



# ÉTLAP

2025.10.06-2025.10.10

41 hét.

| Étkezés     | Hétfő                                                                                                                                     | Kedd                                                                                                                                | Szerda                                                                                                                                                      | Csütörtök                                                                                                                               | Péntek                                                                                                                                              |
|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ebéd leves  | <div>Kertészleves</div> <div>Allergén:glutén zeller<br/>EN:114 SZH:13.1 SÓ:0.2 ZSÍR:5.3<br/>FE:3.1.</div>                                 | <div>Paradicsomleves</div> <div>Allergén:glutén zeller<br/>EN:166 SZH:24.5 SÓ:0.9 ZSÍR:5.6<br/>FE:3.9.</div>                        | <div>Kolbászos lencseleves</div> <div>Allergén:glutén tojás zeller<br/>EN:287 SZH:31.3 SÓ:0.7 ZSÍR:11.0<br/>FE:15.2.</div>                                  | <div>Csontleves</div> <div>Allergén:glutén tojás zeller<br/>EN:97 SZH:13.7 SÓ:0.7 ZSÍR:2.5<br/>FE:4.4.</div>                            | <div>Hamis gulyásleves</div> <div>Allergén:glutén tojás zeller<br/>EN:346 SZH:24.2 SÓ:0.3 ZSÍR:20.9<br/>FE:14.4.</div>                              |
| Ebéd A menü | <div>Rakott karfiol<br/>Tejföl</div> <div>Allergén:glutén tej<br/>EN:516 SZH:33.2 SÓ:1.0 ZSÍR:32.5<br/>FE:22.1.</div>                     | <div>Gombás sertésszelet<br/>Sárgarépas rizs</div> <div>Allergén:glutén tej<br/>EN:515 SZH:61.9 SÓ:1.1 ZSÍR:16.9<br/>FE:28.0.</div> | <div>Olasz zöldséragu<br/>Burgonya nudli<br/>Reszelt sajt</div> <div>Allergén:glutén tej tojás<br/>EN:761 SZH:82.2 SÓ:2.8 ZSÍR:25.8<br/>FE:47.9.</div>      | <div>Mexikói csirkemáj<br/>Ecetes paprika</div> <div>Allergén:kén-dioxid mustár<br/>EN:264 SZH:15.7 SÓ:2.0 ZSÍR:11.8<br/>FE:22.9.</div> | <div>Almás-túrós rakott<br/>tészta</div> <div>Allergén:glutén tej tojás<br/>EN:347 SZH:54.2 SÓ:0.3 ZSÍR:11.8<br/>FE:4.9.</div>                      |
| Ebéd B menü | <div>Borsos tokány<br/>Tészta köret<br/>Káposztasaláta</div> <div>Allergén:glutén<br/>EN:762 SZH:83.5 SÓ:1.6 ZSÍR:34.5<br/>FE:28.3.</div> | <div>Kapros tökfőzelék<br/>Főtt tojás</div> <div>Allergén:glutén tej tojás<br/>EN:373 SZH:25.5 SÓ:0.6 ZSÍR:21.7<br/>FE:18.4.</div>  | <div>Sült csirkeszárny<br/>Petrezselymes<br/>burgonya<br/>Savanyúság</div> <div>Allergén:kén-dioxid<br/>EN:395 SZH:52.6 SÓ:1.2 ZSÍR:11.5<br/>FE:18.6.</div> | <div>Lecsós hús<br/>Tarhonya</div> <div>Allergén:glutén tojás<br/>EN:608 SZH:68.5 SÓ:1.7 ZSÍR:22.2<br/>FE:32.6.</div>                   | <div>Burgonyás tészta<br/>Savanyú uborka</div> <div>Allergén:glutén kén-dioxid mustár tojás<br/>EN:467 SZH:77.0 SÓ:2.6 ZSÍR:10.6<br/>FE:14.0.</div> |

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

2025.10.13-2025.10.17

42 hét.

| Étkezés     | Hétfő                                                                                                                                        | Kedd                                                                                                                                                | Szerda                                                                                                                                                     | Csütörtök                                                                                                                                                                      | Péntek                                                                                                                                       |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ebéd leves  | <div>Magyaros zellerleves</div> <div>Allergén:glutén tojás zeller</div> <div>EN:122 SZH:12.9 SÓ:0.3 ZSÍR:6.4 FE:2.5.</div>                   | <div>Csirkeragu leves</div> <div>Allergén:zeller</div> <div>EN:149 SZH:7.0 SÓ:0.8 ZSÍR:6.8 FE:14.5.</div>                                           | <div>Palócleves</div> <div>Allergén:glutén tej</div> <div>EN:344 SZH:21.0 SÓ:0.7 ZSÍR:21.8 FE:14.4.</div>                                                  | <div>Fahéjas almaleves</div> <div>Allergén:glutén tej</div> <div>EN:130 SZH:21.1 ZSÍR:3.7 FE:2.1.</div>                                                                        | <div>Magyaros burgonyaleves</div> <div>Allergén:glutén</div> <div>EN:191 SZH:29.6 SÓ:0.5 ZSÍR:5.7 FE:4.5.</div>                              |
| Ebéd A menü | <div>Csőbensült kelkáposzta<br/>sárgarépával</div> <div>Allergén:glutén tej tojás</div> <div>EN:393 SZH:37.7 SÓ:1.6 ZSÍR:18.6 FE:18.0.</div> | <div>Túrós tészta<br/>Porcukor</div> <div>Allergén:glutén tej tojás</div> <div>EN:594 SZH:82.5 SÓ:0.9 ZSÍR:17.6 FE:25.8.</div>                      | <div>Rakott burgonya<br/>Céklasaláta</div> <div>Allergén:glutén tej tojás</div> <div>EN:576 SZH:62.6 SÓ:1.5 ZSÍR:26.0 FE:21.0.</div>                       | <div>Grillfűszeres sült csirkecomb<br/>csíkok<br/>Petrezselymes burgonya<br/>Idénysaláta</div> <div>Allergén:glutén</div> <div>EN:456 SZH:59.7 SÓ:1.6 ZSÍR:10.8 FE:28.0.</div> | <div>Szilvalekváros gombóc<br/>Porcukor</div> <div>Allergén:glutén kén-dioxid tojás</div> <div>EN:394 SZH:85.6 SÓ:0.5 ZSÍR:1.2 FE:8.8.</div> |
| Ebéd B menü | <div>Babfőzelék<br/>Főtt tojás</div> <div>Allergén:glutén tej tojás</div> <div>EN:559 SZH:55.4 SÓ:1.1 ZSÍR:22.2 FE:33.5.</div>               | <div>Morzsás karfiol<br/>Petrezselymes rizs<br/>Sajtszós</div> <div>Allergén:glutén tej</div> <div>EN:608 SZH:104.8 SÓ:1.4 ZSÍR:12.6 FE:17.6.</div> | <div>Rántott sertésmáj<br/>Majonézes kukoricasaláta</div> <div>Allergén:glutén mustár tej tojás</div> <div>EN:734 SZH:72.8 SÓ:1.2 ZSÍR:35.1 FE:30.6.</div> | <div>Zöldborsós sertésragu<br/>Párolt rizs</div> <div>Allergén:glutén</div> <div>EN:586 SZH:71.5 SÓ:0.8 ZSÍR:23.1 FE:22.1.</div>                                               | <div>Sajtos pogácsa</div> <div>Allergén:glutén tej tojás</div> <div>EN:447 SZH:48.4 SÓ:0.9 ZSÍR:21.5 FE:14.3.</div>                          |

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

2025.10.20-2025.10.24

43 hét.

| Étkezés     | Hétfő                                                                                                                                   | Kedd                                                                                                                                | Szerda                                                                                                                                                 | Csütörtök        | Péntek           |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------|
| Ebéd leves  | <div>Reszelttészta leves</div> <div>Allergén:glutén tojás zeller</div> <div>EN:163 SZH:21.3 SÓ:0.3 ZSÍR:6.3 FE:4.7.</div>               | <div>Brokkolikrémleves</div> <div>Allergén:glutén tej</div> <div>EN:129 SZH:9.1 SÓ:0.4 ZSÍR:3.5 FE:2.2.</div>                       | <div>Gyümölcsleves</div> <div>Allergén:glutén tej</div> <div>EN:159 SZH:28.6 SÓ:0.1 ZSÍR:3.6 FE:2.2.</div>                                             | MUNKASZÜNETI NAP | MUNKASZÜNETI NAP |
| Ebéd A menü | <div>Zöldbabfőzelék<br/>Sertéspörkölt</div> <div>Allergén:glutén tej</div> <div>EN:570 SZH:27.5 SÓ:0.9 ZSÍR:38.4 FE:27.4.</div>         | <div>Betyár tokány<br/>Tészta köret</div> <div>Allergén:glutén tej tojás</div> <div>EN:790 SZH:67.0 SÓ:1.0 ZSÍR:44.1 FE:30.2.</div> | <div>Felesborsó főzelék<br/>Fokhagymás sertéssült</div> <div>Allergén:glutén</div> <div>EN:526 SZH:48.7 SÓ:1.4 ZSÍR:20.5 FE:35.9.</div>                |                  |                  |
| Ebéd B menü | <div>Bolognai spagetti<br/>Reszelt sajt</div> <div>Allergén:glutén tej tojás</div> <div>EN:590 SZH:54.1 SÓ:1.5 ZSÍR:28.2 FE:29.1.</div> | <div>Csirkepaprikás<br/>Tészta köret</div> <div>Allergén:glutén tej</div> <div>EN:628 SZH:67.0 SÓ:0.9 ZSÍR:24.2 FE:34.6.</div>      | <div>Zúzapörkölt<br/>Csavart tészta<br/>Káposztasaláta</div> <div>Allergén:glutén tej tojás</div> <div>EN:625 SZH:82.3 SÓ:1.9 ZSÍR:20.5 FE:26.7.</div> |                  |                  |

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)