



ÉTLAP

2026.08.10-2026.08.14

33 hét.

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Citromos tea Felvágott, Hónapos retek Margarin Félbarna kenyér Allergén:glutén szója EN:318 SZH:44.2 SÓ:2.1 ZSÍR:10.5 FE:10.7.	Tej Müzli Allergén:diófélék földimogyoró glutén szezámmag szója tej EN:266 SZH:42.3 SÓ:0.3 ZSÍR:4.9 FE:12.7.	Gyümölcsstea Körözött Paradicsom Zsemle Allergén:glutén tej EN:321 SZH:54.7 SÓ:1.0 ZSÍR:4.9 FE:13.8.	Kakaó Fonottka Allergén:glutén tej tojás EN:398 SZH:67.5 SÓ:0.2 ZSÍR:7.3 FE:15.0.	Citromos tea Felvágott Zölduborka Teljes kiőrlésű bagett Allergén:glutén mustár szója tej tojás EN:346 SZH:53.8 SÓ:1.7 ZSÍR:7.4 FE:4.7.
Ebéd leves	Tojásleves Allergén:glutén tej EN:146 SZH:27.0 SÓ:0.3 ZSÍR:3.1 FE:1.9.	Barackos-meggyes gyümölcsleves Allergén:glutén tojás EN:140 SZH:19.9 SÓ:0.7 ZSÍR:5.0 FE:3.3.	Zellerleves Allergén:glutén zeller EN:149 SZH:22.1 SÓ:0.8 ZSÍR:5.0 FE:3.5.	Kapros zöldségleves Allergén:glutén tej tojás EN:156 SZH:10.8 SÓ:1.2 ZSÍR:10.3 FE:4.6.	Felesborsó gulyás Allergén:glutén tojás EN:367 SZH:26.9 SÓ:0.3 ZSÍR:20.3 FE:19.0.
Ebéd menü	Töltött paprika Főtt burgonya Allergén:glutén tej EN:557 SZH:48.9 SÓ:0.9 ZSÍR:30.6 FE:20.0.	Csirke pörkölt Házi galuska Káposztasaláta Allergén:glutén tej tojás zeller EN:785 SZH:96.7 SÓ:1.0 ZSÍR:31.8 FE:26.8.	Lencsefőzelék Sült baromfipálca Allergén:glutén szója EN:437 SZH:58.4 SÓ:0.6 ZSÍR:16.1 FE:13.8.	Fokhagymás sertéssült Hagymás tört burgonya Idénysaláta Allergén:tej EN:492 SZH:54.5 SÓ:1.3 ZSÍR:19.2 FE:23.5.	Mákos tészta Allergén:diófélék glutén tojás EN:570 SZH:79.4 SÓ:0.7 ZSÍR:20.7 FE:15.5.
Uzsonna	Natúr sajtkrém Zsemle Allergén:glutén tej EN:260 SZH:45.2 SÓ:1.3 ZSÍR:4.6 FE:9.0.	Húskrém Lilahagyma Kenyér Allergén:glutén szója tej EN:239 SZH:39.7 SÓ:1.8 ZSÍR:2.5 FE:14.1.	Felvágott Kovászos uborka Félbarna kenyér Allergén:glutén EN:231 SZH:37.6 SÓ:3.6 ZSÍR:1.3 FE:17.0.	Vajas zsemle Zöldpaprika Allergén:glutén tej EN:304 SZH:39.1 SÓ:0.5 ZSÍR:13.2 FE:6.2.	Kockasajt Kifli Allergén:glutén tej EN:204 SZH:35.2 SÓ:1.1 ZSÍR:2.8 FE:9.2.

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

2026.08.17-2026.08.21

34 hét.

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Citromos tea Főtt baromfipálca Mustár Zsemle Allergén:glutén mustár szója EN:519 SZH:60.7 SÓ:2.6 ZSÍR:21.4 FE:20.6.	Tej Sajtos stangli Allergén:glutén tej tojás EN:355 SZH:33.8 SÓ:0.8 ZSÍR:17.3 FE:15.4.	Karamellás tej Fonott kalács Teavaj Allergén:glutén tej tojás EN:607 SZH:75.4 SÓ:0.9 ZSÍR:26.3 FE:16.2.		
Ebéd leves	Almás - körtés gyümölcsleves Allergén:glutén tej EN:126 SZH:21.4 SÓ:0.1 ZSÍR:3.2 FE:2.0.	Frankfurti leves Allergén:glutén zeller EN:98 SZH:11.0 SÓ:0.2 ZSÍR:4.8 FE:2.5.	Kertészleves Allergén:glutén zeller EN:103 SZH:11.8 SÓ:0.2 ZSÍR:4.8 FE:2.8.	NEMZETI ÜNNEP	PIHENŐNAP
Ebéd A menü	Tarhonyás sertéshús Vitaminsaláta Allergén:glutén tojás EN:518 SZH:42.9 SÓ:0.8 ZSÍR:27.3 FE:24.2.	Brokkolifőzelék Főtt tojás Allergén:glutén tej EN:726 SZH:38.6 SÓ:1.1 ZSÍR:50.4 FE:28.3.	Paradicsomos káposzta, sült sertésszelet Allergén:glutén tej EN:426 SZH:31.7 SÓ:0.6 ZSÍR:24.3 FE:18.8.		
Uzsonna	Natúr vajkrém Málna lekvár Kenyér Allergén:glutén kén-dioxid tej EN:285 SZH:51.1 ZSÍR:5.9 FE:6.7 SÓ:1.1.	Felvágott, Uborka Margarin Kenyér Allergén:glutén szója EN:368 SZH:35.6 SÓ:3.0 ZSÍR:19.2 FE:13.1.	Petrezselymes vajkrém Félbarna kenyér Allergén:glutén tej EN:239 SZH:34.1 ZSÍR:8.2 FE:6.9 SÓ:1.1.		

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

2026.08.24-2026.08.28

35 hét.

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Citromos tea Felvágott, Margarin Paradicsom Kenyér Allergén:glutén szója EN:330 SZH:45.5 SÓ:2.0 ZSÍR:10.9 FE:12.2.	Tej Csokigolyó Allergén:glutén tej EN:295 SZH:46.0 SÓ:1.1 ZSÍR:7.7 FE:9.8.	Gyümölcsstea Zöldséges vajkrém Zsemle Allergén:glutén tej EN:312 SZH:51.8 SÓ:1.1 ZSÍR:8.1 FE:7.6.	Kakaó Vaníliás túró Briós Allergén:glutén tej tojás EN:525 SZH:76.5 SÓ:0.9 ZSÍR:12.3 FE:26.2.	Citromos tea Felvágott, Margarin Zölduborka Kenyér Allergén:glutén szója EN:371 SZH:43.6 SÓ:2.4 ZSÍR:16.3 FE:11.9.
Ebéd leves	Gulyásleves Allergén:glutén tej EN:141 SZH:19.7 SÓ:0.5 ZSÍR:4.2 FE:5.8.	BrokkolikréMLEVES Allergén:glutén tej glutén EN:122 SZH:9.3 SÓ:0.5 ZSÍR:7.2 FE:4.4.	Vegyes gyümölcsleves Allergén:glutén tej EN:154 SZH:28.4 SÓ:0.2 ZSÍR:3.2 FE:2.0.	Zöldborsóleves Allergén:glutén zeller EN:124 SZH:15.0 SÓ:0.6 ZSÍR:4.9 FE:4.9.	Nyírségi gombócLeves Allergén:glutén szója tej tojás zeller EN:215 SZH:19.6 SÓ:0.4 ZSÍR:6.8 FE:18.4.
Ebéd menü	Szilvás gombóc, porcukor Allergén:glutén tej tojás EN:692 SZH:94.4 SÓ:0.9 ZSÍR:20.7 FE:30.7.	Gyros Steak burgonya, Zöld saláta Kapros öntet Allergén:glutén tej EN:477 SZH:40.6 SÓ:2.5 ZSÍR:24.1 FE:23.2.	Sült csirkecomb Párolt rizs, savanyúság Allergén:glutén tej EN:477 SZH:40.6 SÓ:2.5 ZSÍR:24.1 FE:23.2.	Bolognai spagetti Allergén:glutén tej EN:423 SZH:61.9 SÓ:0.5 ZSÍR:10.7 FE:19.2.	Aranygaluska (kakaós) Vaníliás öntet Allergén:diófélék glutén tej tojás EN:580 SZH:70.2 SÓ:0.3 ZSÍR:31.0 FE:19.8.
Uzsonna	Sajtos stangli Margarin Allergén:glutén tej tojás EN:295 SZH:32.4 SÓ:0.5 ZSÍR:14.4 FE:8.5.	Kenőmájas Zöldpaprika Kenyér Allergén:glutén mustár szója EN:348 SZH:36.0 SÓ:1.8 ZSÍR:15.6 FE:15.7.	Felvágott Natúr sajtkrém Kenyér Allergén:glutén szója tej EN:284 SÓ:2.1 ZSÍR:10.3 FE:11.8 SZH:35.9.	Kockasajt Kifli Allergén:glutén tej EN:255 SZH:45.7 SÓ:1.1 ZSÍR:3.1 FE:10.0.	Szendvics Allergén:glutén szója tej EN:329 SZH:37.1 SÓ:0.5 ZSÍR:16.2 FE:7.9.

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)