

Heti étlap 2026.06.08. - 2026.06.12.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00103) Diab 20-40-15 gCH	Ebéd	Bakonyi betyárleves [1,3,7], Krumplis tészta[1], Vegyes vágott savanyúság(12)	Burgonyaleves magyaros, Sárgaborsó főzelék[1], Csirkepaprikás [1,7]	Mediterrán bulgur[1], Zöldségleves[1,3,9]	Daragaluska leves[1,3,9], Rakott zöldbab[7]	Paradicsomleves édesítőszer[1,9,15], Csikós sertéstokány[1,7], Párolt rizs
		Energia: 404.06 Kcal / 1,688.97 KJ	Energia: 575.00 Kcal / 2,403.50 KJ	Energia: 382.17 Kcal / 1,597.47 KJ	Energia: 422.59 Kcal / 1,766.43 KJ	Energia: 459.44 Kcal / 1,920.46 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		18.31 g 18.13 g 5.30 g	35.21 g 26.02 g 5.44 g	16.10 g 16.30 g 4.66 g	14.65 g 24.32 g 8.40 g	18.79 g 20.10 g 5.51 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		40.89 g 1.86 g 2.29 g	49.36 g 0.55 g 2.66 g	43.84 g 0.84 g 2.23 g	33.78 g 5.12 g 1.57 g	49.06 g 0.74 g 3.31 g
		1,3,7,(12)	1,7	1,3,9	1,3,7,9	1,7,9,15
	Uzsonna	Gyümölcstea édesítőszerrel[15], Csemege paprikás szalámi[5,6,8], Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Retek	Gyümölcstea édesítőszerrel[15], Sonkakrém[6,7], Teljes kiőrlésű kenyér[1], Jégsaláta	Trappista sajt[7], Margarin, Uborka, Gyümölcstea édesítőszerrel[15], Zsemle[1]	Mester Pékség batyu csokoládé/vanília	Kockasajt[7], Kifli
		Energia: 205.52 Kcal / 859.07 KJ	Energia: 143.74 Kcal / 600.83 KJ	Energia: 180.36 Kcal / 753.90 KJ	Energia: 141.00 Kcal / 589.38 KJ	Energia: 100.74 Kcal / 421.09 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		6.43 g 8.01 g 2.15 g	5.05 g 7.36 g 2.54 g	8.58 g 9.20 g 4.65 g	0.52 g 6.05 g 3.12 g	3.94 g 2.63 g 1.59 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		13.45 g 1.25 g 1.34 g	13.36 g 0.25 g 0.80 g	15.99 g 0.10 g 0.88 g	21.26 g 1.50 g 0.07 g	15.46 g 0.85 g 0.35 g
		1,5,6,8,15	1,6,7,15	1,7,15		7



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00161) Laktózmentes diéta	Ebéd	Bakonyi betyárleves laktózmentesen, Krumplis tészta[1], Vegyes vágott savanyúság(12)	Burgonyaleves magyaros, Sárgaborsó főzelék[1], Csirkepörkölt [1], Burgonyás kenyér[1]	Erdei gyümölcskrémleves [1], Mediterrán bulgur[1]	Rakott zöldbab[7], Daragaluska leves[1,3,9]	Csikós sertéstokány laktózmentesen[1], Paradicsomleves[1,3], Párolt rizs
		Energia: 412.70 Kcal / 1,725.09 Kj	Energia: 607.54 Kcal / 2,539.52 Kj	Energia: 480.23 Kcal / 2,007.36 Kj	Energia: 294.44 Kcal / 1,230.76 Kj	Energia: 583.61 Kcal / 2,439.49 Kj
		FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav
		17.04 g14.81 g4.53 g	37.09 g22.27 g3.24 g	15.73 g18.74 g6.94 g	14.23 g11.70 g3.44 g	20.28 g19.22 g6.25 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		51.23 g2.03 g2.22 g	63.84 g0.05 g3.00 g	63.06 g18.42 g1.56 g	30.85 g4.13 g1.17 g	79.59 g9.82 g2.60 g
		1,(12)	1	1	1,3,7,9	1,3
	Uzsonna	Gyümölcsstea, Csemege paprikás szalámi[5,6,8], Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Retek	Gyümölcsstea, Sonkakrém[6], Teljes kiőrlésű kenyér[1], Jégsaláta	Limonádé, Margarin, Mini zsemle[1], Uborka, Violife natúr növényi sajt	Körte, Mester Pékség batyu csokoládé/vanília	Medve laktózmentes kockasajt, Zsemle[1]
		Energia: 296.15 Kcal / 1,237.91 Kj	Energia: 199.72 Kcal / 834.83 Kj	Energia: 254.11 Kcal / 1,062.18 Kj	Energia: 334.99 Kcal / 1,400.26 Kj	Energia: 181.69 Kcal / 759.46 Kj
		FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav
		8.60 g8.41 g2.25 g	6.93 g4.26 g1.24 g	5.02 g8.21 g5.40 g	1.44 g12.39 g6.24 g	7.68 g2.98 g1.89 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		32.42 g8.25 g1.69 g	32.09 g7.15 g1.13 g	40.30 g6.82 g1.45 g	54.51 g2.99 g0.14 g	31.28 g0.50 g1.15 g
		1,5,6,8	1,6	1		1

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00450) Gluténmentes	Ebéd	Bakonyi betyárleves [1,3,7], Krumplis tészta* Gm, Vegyes vágott savanyúság(12)	Magyaros burgonyaleves gluténmentesen, Sárgaborsó főzelék, Csirkepörkölt, Mester gluténmentes pékáru	Erdei gyümölcskrémleves gluténmentesen[7,(1)], Mediterrán rizs[1]	Rakott zöldbab[7], Zöldségleves[9]	Paradicsomleves gluténmentesen[9], Csikós sertéstokány gluténmentesen[7], Párolt rizs
		Energia: 527.77 Kcal / 2,206.08 KJ	Energia: 661.67 Kcal / 2,765.78 KJ	Energia: 503.75 Kcal / 2,105.68 KJ	Energia: 412.62 Kcal / 1,724.75 KJ	Energia: 730.33 Kcal / 3,052.78 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav
		17.87 g18.79 g5.32 g	41.91 g27.12 g3.83 g	14.71 g19.39 g6.71 g	15.13 g24.27 g8.66 g	24.71 g28.82 g8.85 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		70.63 g2.87 g3.41 g	85.78 g1.24 g3.53 g	65.57 g17.96 g1.57 g	30.78 g5.51 g1.99 g	90.36 g13.01 g3.67 g
		1,3,7,(12)		1,7	7,9	7,9
	Uzsonna	Gyümölcstea, Csemege paprikás szalámi[5,6,8], Margarin, Retek, Mester gluténmentes pékáru	Gyümölcstea, Sonkakrém[6,7], Jégsaláta, Mester gluténmentes pékáru	Limonádé, Trappista sajt [7], Margarin, Uborka, Mester gluténmentes pékáru	Körte, Mester Pékség batyu csokoládé/vanília	Kockasajt[7], Mester gluténmentes pékáru
		Energia: 170.65 Kcal / 713.32 KJ	Energia: 108.87 Kcal / 455.08 KJ	Energia: 132.14 Kcal / 552.35 KJ	Energia: 334.99 Kcal / 1,400.26 KJ	Energia: 32.44 Kcal / 135.60 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav
		8.35 g9.95 g2.33 g	6.97 g9.30 g2.72 g	10.14 g11.35 g4.86 g	1.44 g12.39 g6.24 g	5.69 g4.79 g1.87 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		46.72 g10.65 g1.89 g	46.63 g9.65 g1.35 g	45.27 g8.81 g1.35 g	54.51 g2.99 g0.14 g	39.51 g3.25 g1.25 g
		5,6,8	6,7	7		7

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00451) Tejfehérjemen tes	Ebéd	Bakonyi betyárleves tejfehérjementesen, Krumplis tészta[1], Vegyes vágott savanyúság(12)	Burgonyaleves magyaros, Csirkepörkölt [1], Sárgaborsó főzelék[1], Burgonyás kenyér[1]	Erdei gyümölcskrémleves tejfehérjementesen[1], Mediterrán bulgur[1]	Daragaluska leves[1,3,9], Rakott zöldbab	Csikós sertéstokány tejfehérjementesen[1], Paradicsomleves[1,3], Párolt rizs
		Energia: 421.45 Kcal / 1,761.66 Kj	Energia: 651.33 Kcal / 2,722.56 Kj	Energia: 471.67 Kcal / 1,971.58 Kj	Energia: 318.51 Kcal / 1,331.37 Kj	Energia: 626.68 Kcal / 2,619.52 Kj
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		17.55 g12.03 g2.18 g	38.92 g23.61 g3.40 g	16.31 g16.46 g4.87 g	15.94 g11.34 g2.11 g	21.79 g18.73 g4.16 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		58.80 g2.26 g2.32 g	69.89 g0.06 g3.10 g	65.39 g17.90 g1.64 g	37.36 g0.28 g1.75 g	89.57 g12.87 g2.79 g
		1,(12)	1	1	1,3,9	1,3
	Uzsonna	Gyümölcstea, Csemege paprikás szalámi[5,6,8], Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Retek	Gyümölcstea, Sonkakrém[6], Teljes kiőrlésű kenyér[1], Jégsaláta	Limonádé, Margarin, Mini zsemle[1], Uborka, Violife natúr növényi sajt	Körte, Mester Pékség batyu csokoládé/vanília	Violife natúr növényi sajt, Zsemle[1]
		Energia: 296.15 Kcal / 1,237.91 Kj	Energia: 199.72 Kcal / 834.83 Kj	Energia: 254.11 Kcal / 1,062.18 Kj	Energia: 334.99 Kcal / 1,400.26 Kj	Energia: 209.71 Kcal / 876.59 Kj
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		8.60 g8.41 g2.25 g	6.93 g4.26 g1.24 g	5.02 g8.21 g5.40 g	1.44 g12.39 g6.24 g	5.11 g5.21 g4.51 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		32.42 g8.25 g1.69 g	32.09 g7.15 g1.13 g	40.30 g6.82 g1.45 g	54.51 g2.99 g0.14 g	35.61 g0.41 g1.38 g
		1,5,6,8	1,6	1		1

Jó étvágyat kívánunk!
Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk.