

Heti étlap 2026.06.08. - 2026.06.12.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00153) Tej-, tojásmentes diéta	Tízórai	Cukrozatlan mandulatej, Méz, Margarin, Zsemle[1]	Vaníliás tej rizstejből, Allergénmentes kalács	Gyümölcstea, Házi húspástétom*, Félbarna kenyér[1]	Gyümölcstea, Félbarna kenyér[1], Méz, Margarin	Gyümölcstea, Teljes kiórlású kenyér[1], Zöldpaprika, Margarin, Csirkemell sonka
		Energia: 252.34 Kcal / 1,054.78 KJ	Energia: 172.56 Kcal / 721.30 KJ	Energia: 352.44 Kcal / 1,473.20 KJ	Energia: 364.38 Kcal / 1,523.11 KJ	Energia: 209.82 Kcal / 877.05 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		6.22 g 5.58 g 1.24 g	2.95 g 4.13 g 1.23 g	11.84 g 6.40 g 1.93 g	8.75 g 4.01 g 1.00 g	8.13 g 4.91 g 1.42 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		43.01 g 12.23 g 1.27 g	37.45 g 13.85 g 0.40 g	61.73 g 7.05 g 1.48 g	73.38 g 19.25 g 1.52 g	32.29 g 7.19 g 1.33 g
		1	1	1	1	1
	Ebéd	Bakonyi betyárleves tejfehérjementesen, Krumplis tészta[1], Vegyes vágott savanyúság(12)	Magyaros burgonyaleves gluténmentesen, Csirkepörkölt[1], Sárgaborsó főzelék[1], Burgonyás kenyér[1]	Erdei gyümölcskrémleves tejfehérjementesen[1], Mediterrán bulgur[1]	Rakott zöldbab, Zöldségleves[9]	Csikós sertéstokány tejfehérjementesen[1], Paradicsomleves tojásmentes tésztával [1,9], Párolt rizs
		Energia: 421.45 Kcal / 1,761.66 KJ	Energia: 680.49 Kcal / 2,844.45 KJ	Energia: 471.67 Kcal / 1,971.58 KJ	Energia: 281.90 Kcal / 1,178.34 KJ	Energia: 647.06 Kcal / 2,704.71 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		17.55 g 12.03 g 2.18 g	39.52 g 24.77 g 3.53 g	16.31 g 16.46 g 4.87 g	15.50 g 9.40 g 1.80 g	21.52 g 19.74 g 4.27 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		58.80 g 2.26 g 2.32 g	74.17 g 0.03 g 3.23 g	65.39 g 17.90 g 1.64 g	33.03 g 0.21 g 1.98 g	92.62 g 13.03 g 3.93 g
		1,(12)	1	1	9	1,9
	Uzsonna	Gyümölcstea, Csemege paprikás szalámi[5,6,8], Margarin, Teljes kiórlású kenyér[1], Retek	Gyümölcstea, Sonkakrém[6], Teljes kiórlású 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
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		8.60 g 8.41 g 2.25 g	6.93 g 4.26 g 1.24 g	5.02 g 8.21 g 5.40 g	1.44 g 12.39 g 6.24 g	5.11 g 5.21 g 4.51 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		32.42 g 8.25 g 1.69 g	32.09 g 7.15 g 1.13 g	40.30 g 6.82 g 1.45 g	54.51 g 2.99 g 0.14 g	35.61 g 0.41 g 1.38 g
		1,5,6,8	1,6	1	1	1



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00185) Gluténmentes diéta, Mv	Tízórai	Tej 1,5%-os[7], Margarin, Méz, Mester gluténmentes pékáru	Gyümölcsstea, Sonkakrém[6,7], Jégsaláta, Mester gluténmentes pékáru	Gyümölcsstea, Házi húspástétom*[3,10], Uborka, Mester gluténmentes pékáru	Gyümölcsstea, Őszibarackos túrókrém* [7,(1)], Mester gluténmentes pékáru	Gyümölcsstea, Tojáskrém*[3,7,10,(12)], Zöldpaprika, Mester gluténmentes pékáru
		Energia: 184.32 Kcal / 770.46 KJ	Energia: 127.88 Kcal / 534.54 KJ	Energia: 191.18 Kcal / 799.13 KJ	Energia: 83.79 Kcal / 350.24 KJ	Energia: 95.23 Kcal / 398.06 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		10.86 g8.34 g3.18 g	7.34 g10.29 g3.06 g	8.16 g17.16 g5.27 g	6.89 g4.29 g1.33 g	6.66 g6.95 g1.41 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		64.18 g28.28 g1.22 g	48.77 g11.69 g1.41 g	49.03 g11.93 g1.09 g	52.03 g15.03 g0.91 g	49.25 g12.05 g1.33 g
		7	6,7	3,10	7,(1)	3,7,10,(12)
	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.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		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	Gyümölcsstea, Csemege paprikás szalámi[5,6,8], Margarin, Retek, Mester gluténmentes pékáru	Vaníliás tej[7,(1)], Allergénmentes kalács	Tej 1,5%-os[7], MESTER vegán sajtos pogácsa	Körte, Mester Pékség batyu csokoládé/vanília	Kockasajt[7], Mester gluténmentes pékáru
		Energia: 204.00 Kcal / 852.72 KJ	Energia: 211.10 Kcal / 882.40 KJ	Energia: 271.83 Kcal / 1,136.25 KJ	Energia: 334.99 Kcal / 1,400.26 KJ	Energia: 32.44 Kcal / 135.60 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		9.26 g10.95 g2.58 g	9.55 g5.63 g3.08 g	12.86 g4.53 g2.13 g	1.44 g12.39 g6.24 g	5.69 g4.79 g1.87 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		49.03 g12.91 g2.08 g	30.30 g16.00 g0.46 g	44.55 g9.60 g1.16 g	54.51 g2.99 g0.14 g	39.51 g3.25 g1.25 g
		5,6,8	7,(1)	7		7

Jó étvágyat kívánunk!
Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk.