

2025. február 03. – 07.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Citromos tea Reszelt sajt (7) Margarin Zsemle (1) Kaliforniai paprika</p> <p>energia 353 kcal fehérje 13,8 g zsír 13 g telített zsír 5,4 g</p> <p>szénhidr. 44,4 g cukor 10 g só 1,5 g</p>	<p>Citromos tea Körözött (7) Tejleszkőrőlésű zsemle (1) Zöldpaprika</p> <p>energia 254 kcal fehérje 11,2 g zsír 3,8 g telített zsír 1,8 g</p> <p>szénhidr. 42 g cukor 10 g só 0,7 g</p>	<p>Citromos tea Olasz felvágott (6) Margarin Tejleszkőrőlésű olaszkiwi (1) Retek</p> <p>energia 344 kcal fehérje 9,7 g zsír 13 g telített zsír 3,4 g</p> <p>szénhidr. 39,5 g cukor 10,1 g só 1,4 g</p>	<p>Vaníliás tej (7) Gépsonka (6) Margarin Tejleszkőrőlésű zsemle (1)</p> <p>energia 370 kcal fehérje 19,2 g zsír 9,7 g telített zsír 2,4 g</p> <p>szénhidr. 49,7 g cukor 10 g só 1,4 g</p>	<p>Tej (7) Tojáspástétom (3,10) Tejleszkőrőlésű zsemle (1) Fejes saláta</p> <p>energia 390 kcal fehérje 19,1 g zsír 15,7 g telített zsír 3,9 g</p> <p>szénhidr. 41,2 g cukor 0 g só 1,2 g</p>
Ebéd	<p>Húsleves (1,3,9) Csirkes, bulguros egytálétel (1) Vegyes, házi csalamádé</p> <p>energia 733 kcal fehérje 34,9 g zsír 12,3 g telített zsír 4,6 g</p> <p>szénhidr. 123,5 g cukor 10 g só 1 g</p>	<p>Burgonyagombóc leves (1,3,9) Sajtos tejfőlés halfilé (1,4,7) Karottás rizs</p> <p>energia 757 kcal fehérje 37,8 g zsír 20,5 g telített zsír 9,7 g</p> <p>szénhidr. 103,3 g cukor 0 g só 1,3 g</p>	<p>Vajgaluska leves (1,3,9) Rakott karfiol (1,7)</p> <p>energia 732 kcal fehérje 38,1 g zsír 18,9 g telített zsír 10,1 g</p> <p>szénhidr. 101,1 g cukor 0 g só 0,8 g</p>	<p>Brokkoli krémleves levesgyönggyel (1,3,5,7,8,11) Milánói makaróni, reszelt sajttal (1,7)</p> <p>energia 906 kcal fehérje 46,5 g zsír 29,2 g telített zsír 11,5 g</p> <p>szénhidr. 115,6 g cukor 2,7 g só 1,4 g</p>	<p>Babgulyás (1,9) Fánk (1,3,7) Gyümölcsvelő Alma</p> <p>energia 870 kcal fehérje 34,2 g zsír 17,1 g telített zsír 6,1 g</p> <p>szénhidr. 142,7 g cukor 20 g só 0,8 g</p>
Uzsonna	<p>Turista felvágott (1,6,7) Margarin Tejleszkőrőlésű olaszkiwi (1)</p> <p>energia 285 kcal fehérje 8,9 g zsír 14,6 g telített zsír 3,1 g</p> <p>szénhidr. 28,1 g cukor 0 g só 1,3 g</p>	<p>Csikemell sonka (1,6) Margarin Olaszkiwi (1,6,11)</p> <p>energia 310 kcal fehérje 15,6 g zsír 11,2 g telített zsír 0,2 g</p> <p>szénhidr. 35,3 g cukor 0,1 g só 1,9 g</p>	<p>Gyümölcs joghurt (7) Zabkeksz (1,3,5,6,7,8)</p> <p>energia 399 kcal fehérje 9,3 g zsír 16,3 g telített zsír 4,6 g</p> <p>szénhidr. 52,5 g cukor 25,2 g só 1,1 g</p>	<p>Vajkrém, natúr (7) Egyenes kiwi (1,6,7) Póréhagyma</p> <p>energia 288 kcal fehérje 6,8 g zsír 10 g telített zsír 3,9 g</p> <p>szénhidr. 36,6 g cukor 0,8 g só 0,6 g</p>	<p>Kocka sajt (7) Kiwi (1,7)</p> <p>energia 233 kcal fehérje 9,9 g zsír 4,7 g telített zsír 1,5 g</p> <p>szénhidr. 36,6 g cukor 0,8 g só 0,9 g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Allergének: 1-glutén, 2-rák, 3-tojások, 4-hal, 5-földalmozoró, 6-szójabab, 7-tej, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szecszámmag, 12-kén-dioxid, 13-csillagfürt, 14-pulvertészék

2025. február 10. – 14.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej (7) Magyaros vajkrém (7) Tejleskiörlesű zsemle (1) Kaliforniai paprika	Kakaó (7) Margarin Kálics (3,7,8)	Tej (7) Petrezselymes túrókrém (7) Tejleskiörlesű olaszkiwi (1) Fejes saláta	Citromos tea Snidlinges tojáskrém (3,10) Tejleskiörlesű zsemle (1) Kigyóuborka	Citromos tea Sajtkrém (7) Tejleskiörlesű zsemle (1) Kaliforniai paprika
Ebéd	Magyaros gombaleves (1) Tejszínes kukoricás, csirkecomb tokány (1,7) Párolt rizs	Hamis gulyás (1,3,9) Vagdalt lepény (1,3) Leneseőzelek (1,7,10)	Gyümölcsleves (1,7) Fokhagymás sertészellet (1) Bulgur (1) Kovászos uborka (1)	Pirított zöldségleves (1,3,9) Sertéspörkölt (1) Főtt burgonya Csenege uborka (12)	Rablóleves (1,3,9) Tejbedara (1,7) Mandarin
Uzsonna	Zala felvágott (6) Margarin Olaszkiwi (1,6,11)	Pulykamell sonka (1,6) Margarin Tejleskiörlesű zsemle (1) Retek	Barackos, vaníliás párna (1,3,7,8)	Gyümölcs joghurt (7) Házártási keksz (1,3,5,6,7,8,12)	Koeka sajt (7) Kifli (1,7)
	energia 323 kcal fehérje 12,9 g zsír 11,5 g telített zsír 5,5 g	energia 410 kcal fehérje 15 g zsír 14,3 g telített zsír 1,7 g	energia 340 kcal fehérje 18,3 g zsír 10,4 g telített zsír 4,3 g	energia 330 kcal fehérje 12,2 g zsír 12,5 g telített zsír 2,2 g	energia 228 kcal fehérje 7,3 g zsír 3,3 g telített zsír 1,8 g
	szénhidr. 40,2 g cukor 0 g só 0,9 g	szénhidr. 63,4 g cukor 14,7 g só 1,1 g	szénhidr. 41,7 g cukor 0 g só 0,9 g	szénhidr. 40,4 g cukor 10 g só 0,9 g	szénhidr. 41,1 g cukor 11 g só 0,8 g
	energia 64,1 kcal fehérje 31,7 g zsír 13,9 g telített zsír 2,9 g	energia 74,1 kcal fehérje 48,3 g zsír 17,6 g telített zsír 9,4 g	energia 616 kcal fehérje 34,4 g zsír 14,5 g telített zsír 9,6 g	energia 632 kcal fehérje 36,7 g zsír 11,8 g telített zsír 9,7 g	energia 859 kcal fehérje 40,3 g zsír 15 g telített zsír 7 g
	szénhidr. 36,5 g cukor 0 g só 0,5 g	szénhidr. 94,9 g cukor 2 g só 1,3 g	szénhidr. 90,4 g cukor 17,3 g só 2,6 g	szénhidr. 92,8 g cukor 0,7 g só 2,4 g	szénhidr. 150,6 g cukor 40 g só 0,8 g
	energia 356 kcal fehérje 13 g zsír 18,6 g telített zsír 2,9 g	energia 234 kcal fehérje 12,8 g zsír 5,7 g telített zsír 0,4 g	energia 360 kcal fehérje 5,4 g zsír 16,6 g telített zsír 0 g	energia 373 kcal fehérje 10,5 g zsír 9,2 g telített zsír 0 g	energia 233 kcal fehérje 9,9 g zsír 4,7 g telített zsír 1,5 g
	szénhidr. 32,7 g cukor 0,1 g só 2 g	szénhidr. 31,4 g cukor 0 g só 1,7 g	szénhidr. 46,1 g cukor 14 g só 0,6 g	szénhidr. 61,5 g cukor 22,2 g só 1 g	szénhidr. 36,8 g cukor 0,8 g só 0,9 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Allergének: 1-glutén, 2-rák, 3-tojások, 4-hal, 5-földimogyoró, 6-szójabab, 7-tej, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szézám, 12-kén-dioxid, 13-csillagfürt, 14-pulasteszték



2025. február 17. – 21.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Tej (7) Kenőmájás (1,6,7) Tejleszkőrőlésű olaszkiwi (1)</p> <p>energia 353 kcal fehérje 17 g zsír 13,7 g telített zsír 5,4 g</p> <p>szénhidr. 38,7 g cukor 0 g só 1,7 g</p>	<p>Kakao (7) Házi sajtkrém (6,7) Egyenes kiwi (1,6,7) Póréhagyma</p> <p>energia 514 kcal fehérje 23,5 g zsír 23,8 g telített zsír 9,2 g</p> <p>szénhidr. 59,9 g cukor 10,8 g só 1,7 g</p>	<p>Chitomos tea Májusi csemege (6) Margarin Tejleszkőrőlésű zsemle (1)</p> <p>energia 292 kcal fehérje 8,7 g zsír 8,9 g telített zsír 1,7 g</p> <p>szénhidr. 40 g cukor 10 g só 1,4 g</p>	<p>Chitomos tea Körözött (7) Zsemle (1) Zöldpaprika</p> <p>energia 267 kcal fehérje 11 g zsír 3,9 g telített zsír 1,8 g</p> <p>szénhidr. 46,5 g cukor 10 g só 0,7 g</p>	<p>Karamellás tej (7) Főtt tojás karika (3) Margarin Tejleszkőrőlésű zsemle (1) Fejes saláta</p> <p>energia 403 kcal fehérje 18,9 g zsír 13 g telített zsír 3 g</p> <p>szénhidr. 50,5 g cukor 10 g só 1,2 g</p>
Ebéd	<p>Magyaros burgonyaleves (1,7,9) Bakonyi sertéstokány (1,7) Orsó tészta köret (1) Csemege uborka (12)</p> <p>energia 761 kcal fehérje 37,8 g zsír 17,7 g telített zsír 8,9 g</p> <p>szénhidr. 111 g cukor 0,7 g só 2,6 g</p>	<p>Húsleves (1,3,9) Főtt sertéshús Egresmártás (1,7)</p> <p>energia 689 kcal fehérje 35,6 g zsír 15 g telített zsír 11,9 g</p> <p>szénhidr. 98,2 g cukor 30 g só 0,7 g</p>	<p>Paradisomleves (1,3,9) Rántott hal (1,3,4) Tartármártás (3,7,10) Párolt rizs</p> <p>energia 815 kcal fehérje 30,7 g zsír 20,3 g telített zsír 6,6 g</p> <p>szénhidr. 125,4 g cukor 10,1 g só 1,2 g</p>	<p>Zöldsegleves (1,3,9) Sertéspörkölt (1) Feles zöldborsófőzelék (1,7,10)</p> <p>energia 799 kcal fehérje 53,7 g zsír 16,8 g telített zsír 11,3 g</p> <p>szénhidr. 106,8 g cukor 0 g só 0,9 g</p>	<p>Scsileves (1,7,12) Mákos tészta (1) Mandarin</p> <p>energia 698 kcal fehérje 31,8 g zsír 17,3 g telített zsír 8,3 g</p> <p>szénhidr. 102,4 g cukor 20 g só 0,6 g</p>
Uzsonna	<p>Vajkrém, natúr (7) Zsemle (1) Kaliforniai paprika</p> <p>energia 239 kcal fehérje 5,9 g zsír 8,6 g telített zsír 3,9 g</p> <p>szénhidr. 34,1 g cukor 0 g só 0,7 g</p>	<p>Párizsi (1,6,7) Margarin Tejleszkőrőlésű olaszkiwi (1)</p> <p>energia 261 kcal fehérje 9 g zsír 11,9 g telített zsír 2,1 g</p> <p>szénhidr. 28,1 g cukor 0 g só 1,4 g</p>	<p>Trappista sajt (7) Margarin Olaszkiwi (1,6,11) Retek</p> <p>energia 374 kcal fehérje 15,4 g zsír 19,1 g telített zsír 5,4 g</p> <p>szénhidr. 33,6 g cukor 0,1 g só 1,7 g</p>	<p>Gépsonka (6) Margarin Tejleszkőrőlésű olaszkiwi (1)</p> <p>energia 244 kcal fehérje 12,2 g zsír 8,5 g telített zsír 0,7 g</p> <p>szénhidr. 28,1 g cukor 0 g só 1,1 g</p>	<p>Natúr joghurt poharas (7) Egyenes kiwi (1,6,7)</p> <p>energia 316 kcal fehérje 12,9 g zsír 9,2 g telített zsír 0 g</p> <p>szénhidr. 44,5 g cukor 0,8 g só 1,2 g</p>

Az ételapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Allergének: 1-glutén, 2-rák, 3-tojások, 4-hal, 5-földmogyoró, 6-szójabab, 7-tej, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szesszámmag, 12-kén-dioxid, 13-csillagfűrt, 14-puhatestűek



2025. február 24. – 28.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej (7) Medvehagymás túrókrém (7) Tejleskőrösű olaszkiwi (1) Retek	Tej (7) Gabonapelyh (1,7)	Tejeskávé (7) Vajkrém, natúr (7) Tejleskőrösű olaszkiwi (1) Fejes saláta	Chitomos tea Zala felfrögt (6) Margarin Tejleskőrösű zsemle (1)	Chitomos tea Tojáspástétom (3,10) Tejleskőrösű olaszkiwi (1) Retek
Ebéd	Zöldborsóleves (1,3,9) Majorannás aprópecsenye (1) Bulgur (1) Káposztasaláta	Kartofolleves (1,7) Ínyenc, sült csirkecomb filé (1,10) Petrezselymes burgonya Csemegé uborka (12)	Kertészleves (1,3,9) Sertéssült Paradisomos káposzta főzelek (1)	Zeller krémleves levesgyönggyel (1,3,5,7,8,9,11) Sertés rizottó (1)	Lencse gulyás (1,7,10) Túrós lepény (1,3,7) Naranás
Uzsonna	Pulykamell sonka (1,6) Margarin Zsemle (1)	Száraz szalámi Margarin Tejleskőrösű olaszkiwi (1) Kaliforniai paprika	Sajtós-sonkás rúd (1,3,7)	Reszelt sajt (7) Margarin Egyenes kiwi (1,6,7) Kaliforniai paprika	Gyümölcs joghurt (7) Zabkészs (1,3,5,6,7,8)
	energia 243 kcal fehérje 12,2 g zsír 5,7 g lelített zsír 0,4 g	energia 301 kcal fehérje 10,5 g zsír 15,6 g lelített zsír 3,5 g	energia 373 kcal fehérje 9,6 g zsír 20,6 g lelített zsír 0 g	energia 335 kcal fehérje 14,4 g zsír 14,4 g lelített zsír 5,4 g	energia 339 kcal fehérje 9,3 g zsír 16,3 g lelített zsír 4,6 g
	szénhidr. 35,2 g cukor 0 g só 1,7 g	szénhidr. 28,3 g cukor 0 g só 1,8 g	szénhidr. 36,1 g cukor 1,2 g só 0,7 g	szénhidr. 36 g cukor 0,8 g só 1,5 g	szénhidr. 52,5 g cukor 25,2 g só 1,1 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Allergének: 1-glutén, 2-rák, 3-tojások, 4-hal, 5-földimogyoró, 6-szójában, 7-tej, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szézám, 12-kén-dioxid, 13-csillagfürt, 14-pulhatosság