

Normál

Étlap

2026. január 12 - 2026. január 18

Étkezés	2026.01.12 Hétfő	2026.01.13 Kedd	2026.01.14 Szerda	2026.01.15 Csütörtök	2026.01.16 Péntek	2026.01.17 Szombat	2026.01.18 Vasárnap
Reggeli	Tea, Tej.7, Körtés joghurt7, Margarin....., Kenyér1, .1,7,15	Tea, Tej.7, Mákos búrkifli1,3,5,7, .1,7,15	Tea, Tej.7, Téliszalámis Medvesajt7, Margarin....., Kenyér1, .1,7,15	Tea, Tej.7, Fokhagymás- petrezselymes vajkrém3, Kenyér1, .1,7,15	Tea, Tej.7, Vaníliás cappuccino7, Margarin....., Csíkos kalács1,3,7, .1,7,15	Tea, Tej.7, Töltött croissant1,3,5,7, .1,7,15	Tea, Tej.7, Kajsziparack dzsem, Margarin....., Kenyér1, .1,7,15
Tízórai	Kókuszos keksz1,3,7	Mandarin	Kajsziparack befőtt	Cseresznye befőtt	Pöttyös túró rudi5,7	Görögjoghurt7	Alma
Ebéd	Csiperkegomba leves1,3,9, Bolognai tészta1,3,7	Márgombóc leves.....1,3,6,7,9,10, Főtt tojás3, Sóskamártás1,7, Főtt burgonya	Vegyesgyümölcs leves1,3,7,9, Paprikás burgonya/ virslivel.....1,6,9,10, Vitamin-saláta	Jókai bableves1,3,6,7,8,9, Túrógombóc1,7, Édes tejföl-öntet7	Lebbencsleves1,3, Rántott sajtos tőkehalkocka.....- ..1,3,4, Basmati rizs....., Párolt vegyeszöldség	Brokkoli- krémleves1,3,7,9,10, / pirított kenyérkockával1, Fokhagymás aprópecsenye, Sárgaborsó főzelék1	Csontleves1,3,9, Marhapörkölt, Pirított tarhonya1,3, Kovászos uborka
Uzsonna	Tejszinhabos puding7	Rizsdesszert7	Citromos nápolyi szelet1	Narancs	Banán	Epres piskóta szelet1,3	Cukrász sütemény1,3,7
Vacsora	Csirkemell sonka6, Margarin....., Kígyóuborka, Kenyér1, Tea....., .1,7	Füstölt Óvári sajt7, Margarin....., Paradicsom, Kenyér1, Tea....., .1,7	Sült császárszalonna1,6, Újhagyma, Kenyér1, Tea....., .1,7	Főtt krinolin1,6,8,10, Mustár10, Kenyér1, Tea....., .1,7	Körözött.....7, Paprika, Kenyér1, Tea....., .1,7	Alpesi szalámi1,6,8, Margarin....., Alma befőtt, Kenyér1, Tea....., .1,7	Libazsír7, Jégcsapretek, Kenyér1, Tea....., .1,7
Energia:	2 810,67kcal	2 468,38kcal	2 380,14kcal	2 663,37kcal	2 493,59kcal	1 901,15kcal	2 607,78kcal
Zsír:	123,22g	88,25g	87,31g	94,17g	76,53g	81,84g	110,23g
Fehérje:	82,04g	68,47g	55,02g	99,95g	81,34g	73,99g	78,09g
Szénhidrát:	344,50g	345,63g	336,36g	345,34g	361,61g	213,59g	351,44g
Só:	7,74g	6,53g	6,98g	8,49g	7,37g	12,21g	7,95g

A változtatás jogát fenntartjuk!

Allergének:

1. Glutént tartalmazó gabona
2. Ráktélék és azokból készült termékek
3. Tojás és abból készült termékek
4. Halak és azokból készült termékek
5. Földimogyoró és abból készült termékek
6. Szójabab és abból készült termékek
7. Tejes és abból készült termékek
8. Diófélék
9. Zeller és abból készült termékek
10. Mustár és abból készült termékek
11. Szezámag és abból készült termékek
12. Kén-dioxid
13. Puhatestűek
14. Csillagfűrt
15. Édesítőszer