

Normál

## Étlap

2026. május 4 - 2026. május 10

Étkezés	2026.05.04 Hétfő	2026.05.05 Kedd	2026.05.06 Szerda	2026.05.07 Csütörtök	2026.05.08 Péntek	2026.05.09 Szombat	2026.05.10 Vasárnap
<b>Reggeli</b>	Tea, Tej. . . . .7, Sajtos rúd <sup>1,3,7, .1,7,15</sup>	Tea, Tej. . . . .7, Körtés joghurt <sup>7</sup> , Margarin....., Kenyér ..... <sup>1, .1,7,15</sup>	Tea, Tej. . . . .7, Ízes levél <sup>1,3,7, .1,7,15</sup>	Tea, Tej. . . . .7, Zöldfűszeres szendvicsskrém <sup>3</sup> , Kenyér ..... <sup>1, .1,7,15</sup>	Tea, Tej. . . . .7, Füstölt Medvesajt, Margarin....., Kenyér ..... <sup>1, .1,7,15</sup>	Tea, Tej. . . . .7, Pizzás csiga <sup>1,3,7, .1,7,15</sup>	Tea, Tej. . . . .7, Málna dzsem, Margarin....., Kenyér ..... <sup>1, .1,7,15</sup>
<b>Tízórai</b>	Kefír <sup>7</sup>	Teljeskiőrlésű töltött keksz <sup>1,3,7</sup>	Alma	Meggy befőtt	Őszibarack befőtt	Natúr joghurt <sup>7</sup>	Banán
<b>Ebéd</b>	Erdeigyümölcs leves..... <sup>1,3,7,9</sup> , Bácskai rizseshús....., Bajor káposzta- saláta	Csirkenyak leves..... <sup>1,3,9</sup> , Majorannás aprópecsenye, Zöldbabfőzelék <sup>1,7</sup>	Paradicsomleves <sup>1,3,9</sup> , Sült hurka, Törtburgonya, Uborka-saláta	Pulykaraguleves <sup>1,3,9</sup> , Túrógombóc <sup>1,7</sup> , Édes tejföl-öntet <sup>7</sup>	Zellerleves <sup>1,3,9</sup> , Gombapaprikás <sup>1,7</sup> , Galuska..... <sup>1,3</sup> , Savanyúság	Májgombóc leves..... <sup>1,3,6,7,9,10</sup> , Rakott brokkoli <sup>7</sup>	Tyúkerőleves <sup>1,3,9</sup> , Sült csirkecomb., Kapormártás <sup>1,7</sup> , Basmati rizs
<b>Uzsonna</b>	Karamellás zabrudai	Csokoládés töltött piskóta <sup>1,3</sup>	Gesztenyés rúd	Barackos- banános gyümölcspüré	Narancsital	Ananászos- vaníliás croissant <sup>1,3,5,7</sup>	Cukrász sütemény <sup>1,3,7</sup>
<b>Vacsora</b>	Téliszalámi <sup>1,6,8</sup> , Margarin....., Paradicsom, Kenyér <sup>1</sup> , Tea..... <sup>1,7</sup>	Burgundi sonka <sup>1,6</sup> , Margarin....., Piros retek, Kenyér <sup>1</sup> , Tea..... <sup>1,7</sup>	Pannónia sajt <sup>7</sup> , Margarin....., Paprika, Kenyér <sup>1</sup> , Tea..... <sup>1,7</sup>	Császárhúsos hagymás lepény <sup>1,3,7</sup> , Tea..... <sup>1,7</sup>	Sült sütőtök, Margarin....., Kenyér <sup>1</sup> , Tea..... <sup>1,7</sup>	Zala felvágott <sup>1,6</sup> , Margarin....., Kígyóborka, Kenyér <sup>1</sup> , Tea..... <sup>1,7</sup>	Főtt tarja <sup>1,6,8</sup> , Torma..... <sup>1,7,12</sup> , Kenyér <sup>1</sup> , Tea..... <sup>1,7</sup>
Energia:	2 302,72kcal	2 642,43kcal	2 879,35kcal	2 499,13kcal	2 492,49kcal	2 325,31kcal	2 736,66kcal
Zsír:	84,77g	131,10g	104,71g	99,14g	76,26g	124,85g	113,20g
Fehérje:	79,04g	91,76g	99,42g	89,26g	60,91g	76,28g	85,41g
Szénhidrát:	299,26g	268,23g	376,95g	306,23g	384,79g	220,43g	400,28g
Só:	7,16g	9,26g	7,77g	6,09g	10,57g	5,51g	4,39g

**Allergének:**

1. Glutént tartalmazó gabona
2. Ráktétél 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. Tej 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. Csillagfürt
15. Édesítőszer

A változtatás jogát fenntartjuk!