

Normál

Étlap

2026. október 12 - 2026. október 18

Étkezés	2026.10.12 Hétfő	2026.10.13 Kedd	2026.10.14 Szerda	2026.10.15 Csütörtök	2026.10.16 Péntek	2026.10.17 Szombat	2026.10.18 Vasárnap
Reggeli	Tea, Tej.7, Zöldfűszeres szendvicskrém3, Kenyér1, .1,7,15	Tea, Tej.7, Sajtos pogácsa1,3,7, .1,7,15	Tea, Tej.7, Szamóca dzsem, Margarin....., Kenyér1, .1,7,15	Tea, Tej.7, Mákos búrkifli1,3,5,7, .1,7,15	Tea, Tej.7, Újhagymás Medvesajt7, Margarin....., Kenyér1, .1,7,15	Tea, Tej.7, Pizzás csiga1,3,7, .1,7,15	Tea, Tej.7, Görögjoghurt 7, Margarin....., Kenyér1, .1,7,15
Tízórai	Alma befőtt	Natúr joghurt7	Alma	Jogobella ivójoghurt7	Nektarin	Kefír7	Alma
Ebéd	Pulykaraguleves1,3,9, Tejbedara1,7, Kakaó-szórás	Tejszínes körteleves.....1,3,7,9, Bácskai rizseshús....., Uborka-saláta	Májgaluska leves.....1,3,6,7,9,10, Sült Debreceni kolbász.....1,6,8, Kelkáposzta főzelék1	Húsleves....1,3,9, Párolt szelet, Vadasmártás1,6,7,9,10, Főtt tészta1,3	Hamis gulyásleves1,3,9, Margit néni almás süteménye1,3,8, Fahéjas-vanília - öntet7	Szárnyaskrém- leves1,7,9, /pirított kenyérkockával1, Rakott brokkoli7	Zöldborsóleves1,3,9, Párizsi csirkemell1,3,7, Medvehagymás burgonyapüré1,7, Őszibarack befőtt
Uzsonna	Nógrádi sós pálcika	Csokoládés krémpuding7	Meggyes teljeskiőrlésű keksz1,3,7	Banán	Szőlőital	Tiramisu piskóta1,3	Cukrász sütemény1,3,7
Vacsora	Herkules szalámi1,6,8, Margarin....., Paradicsom, Kenyér1, Tea....., .1,7	Körözött.....7, Paprika, Kenyér1, Tea....., .1,7	Provanszi melegszendvics1,6,7,10, Tea....., .1,7	Toast sonka1,6, Margarin....., Kígyóuborka, Kenyér1, Tea....., .1,7	Bundáskenyér1,3, Tea....., .1,7	Fokhagymás felvágott6,7,8, Margarin....., Paradicsom, Kenyér1, Tea....., .1,7	Kenőmájás6,7,10, Csemege uborka.....10, Kenyér1, Tea....., .1,7
Energia:	2 245,68kcal	2 384,34kcal	2 323,18kcal	2 167,55kcal	2 714,07kcal	2 303,01kcal	2 595,16kcal
Zsír:	94,85g	69,69g	99,06g	58,86g	120,98g	118,13g	121,47g
Fehérje:	69,39g	89,06g	75,87g	73,13g	57,01g	70,73g	87,09g
Szénhidrát:	272,57g	344,11g	277,36g	331,60g	339,69g	228,92g	313,18g
Só:	6,09g	6,83g	8,76g	5,67g	7,49g	8,00g	11,50g

A változtatás jogát fenntartjuk!

- Allergének:
1. Glutént tartalmazó gabona

2. Ráktételék 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. Csillagfűrt

15. Édesítőszer