

Normál

Étlap

2026. november 2 - 2026. november 8

Étkezés	2026.11.02 Hétfő	2026.11.03 Kedd	2026.11.04 Szerda	2026.11.05 Csütörtök	2026.11.06 Péntek	2026.11.07 Szombat	2026.11.08 Vasárnap
Reggeli	Tea, Tej.7, Vaníliás croissant1, .1,7,15	Tea, Tej.7, Szilva dzsem, Margarin....., Kenyér1, .1,7,15	Tea, Tej.7, Tejeskávé.....7, Margarin....., Csíkos kalács1,3,7	Tea, Tej.7, Zöldfűszeres szendvicskrém3, Kenyér1, .1,7,15	Tea, Tej.7, Leveles rúd1,3,7	Tea, Tej.7, Egri réteges joghurt7, Margarin....., Kenyér1, .1,7,15	Tea, Tej.7, Medvesajt7, Margarin....., Kenyér1, .1,7,15
Tízórai	Actimel ivójoghurt7	Banán	Alma	Ananász befőtt	Kefír7	Fahéjas teljeskiőrlésű keksz1,3,7	Cseresznye befőtt
Ebéd	Csirkenyak leves.....1,3,9, Sült virsli1,6,9,10, Kapros tökfőzelék1,7	Fokhagyma- krémleves3,6,7,10, / pirított kenyérkockával1, Kacsamelles zöldséges tészta1,3,6	Nyírségi-galuska leves.....1,9, Sertéssült, Paradicsomos káposzta1	Szamócaleves1,3,7,9, Pásztortarhonya1,3,6,8, Vitamin-saláta	Magyaros burgonyaleves1,9, Túrógombóc1,7, Édes tejföl-öntet7	Karalábéleves1,3, Pulyka rizseshús....., Csemege uborka.....10	Csontleves1,3,9, Pácolt tarja szelet1,3,7,9, Törtburgonya, Cékla-saláta10
Uzsonna	Banános piskóta szelet1,3	Rizsdesszert7	Danone krémpuding7	Csokoládés nápolyi1	Narancs	Almaital	Cukrász sütemény1,3,7
Vacsora	Paprikás szalámi1,6, Margarin....., Kígyóuborka, Kenyér1, Tea....., .1,7	Tepertőkrém10, Paradicsom, Kenyér1, Tea....., .1,7	Császárhúsos hagymás lepény1,3,6,7, Tea....., .1,7	Burgundi sonka1,6, Margarin....., Sörretek, Kenyér1, Tea....., .1,7	Zöldfűszeres sajttal töltött röszti, Párolt vegyes zöldség, Tea....., .1,7	Sertéspárizsi1,6, Margarin....., Paradicsom, Kenyér1, Tea....., .1,7	Ementáli sajt7, Margarin....., Paprika, Kenyér1, Tea....., .1,7
Energia:	2 098,99kcal	2 128,73kcal	2 494,61kcal	2 341,39kcal	2 041,02kcal	2 608,36kcal	2 813,90kcal
Zsír:	109,84g	39,75g	111,55g	76,75g	68,15g	78,37g	143,85g
Fehérje:	56,02g	61,20g	82,01g	74,12g	70,13g	78,02g	80,06g
Szénhidrát:	217,28g	379,11g	284,33g	332,33g	277,12g	392,31g	323,73g
Só:	8,89g	5,89g	10,64g	7,11g	5,94g	11,80g	5,90g
Ca (tej):	27,80mg	1,80mg	219,00mg	Allergének: 12,30mg	338,00mg	133,67mg	499,80mg

A változtatás jogát fenntartjuk!

1. Glutént tartalmazó gabona

2. Ráktétel és az abból készült termékek

3. Tojás és abból készült termékek

4. Halak és az abból 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