Normál

Étlap

2026. november 9 - 2026. november 15

Étkezés	2026.11.09 Hétfõ	2026.11.10 Kedd	2026.11.11 Szerda	2026.11.12 Csütörtök	2026.11.13 Péntek	2026.11.14 Szombat	2026.11.15 Vasárnap
Reggeli	Tea, Tej. . . . .7, Ízes bukta1,3,7, .1,7,15	Tea, Tej. . . . .7, Gyulaikolbászos Medvesajt7, Margarin....., Kenyér .....1, .1,7,15	Tea, Tej. . . . .7, Körtés joghurt7, Margarin....., Kenyér .....1, .1,7,15	Tea, Tej. . . . .7, Túrós batyu1,3,7, .1,7,15	Tea, Tej. . . . .7, Magyaros vajkrém .....7, Kenyér .....1, .1,7,15	Tea, Tej. . . . .7, Kakaóscsiga1,3,7, .1,7,15	Tea, Tej. . . . .7, Áfonya dzsem, Margarin....., Kenyér .....1, .1,7,15
Tízórai	Alma	Õszibarack befõtt	Banán	Görögjoghurt .7	Szilva befõtt	Málnás joghurt7,15	Kakaós keksz1,3,7
Ebéd	Brokkolileves1,3,9, Bolognai tészta1,3,7	Csirke far-hát leves.....1,3,9, Rántott sertéspárizsi1,3,6, Zöldborsófõzelék1,7	Téli gyümölcsital, Sült libacomb, Törtburgonya, Párolt káposzta, Bor	Csurgatott-tojás leves.....1,3, Hentestokány1,6,10, Basmati rizs	Hamis gulyásleves1,3,9, Almás rétes1,3,7	Karfiolleves1,3,9, Húsos rakott burgonya7, Almapaprika	Erõleves.....1,3,9, Csirkepaprikás1,7, Fõtt tészta1,3, Kovászos uborka
Uzsonna	Céklás-ribizlis gabonaszelet5,7	Ananászos-vaníliás croissant1,3,5,7	Töltött puszedli1	Cseresznyés piskóta szelet1,3	Nógrádi sós pálcika	Homoktövis gyümölcspüré	Cukrász sütemény1,3,7
Vacsora	Téliszalámi1,6,8, Margarin....., Paprika, Kenyér1, Tea....., .1,7	Szendvicssonka1,6, Margarin....., Jégcsapretek, Kenyér1, Tea....., .1,7	Tejszínes sajtkrém7, Paradicsom, Kenyér1, Tea....., .1,7	Libazsír7, Kígyóuborka, Kenyér1, Tea....., .1,7	Burgonya-ropogós1,3,7, Tea....., .1,7	Mézes sült sütõtök, Margarin....., Kenyér1, Tea....., .1,7	Olasz felvágott1,6, Margarin....., Alma befõtt, Kenyér1, Tea....., .1,7
Energia:	2 439,48kcal	3 026,37kcal	3 412,04kcal	2 148,32kcal	2 087,79kcal	2 556,18kcal	2 938,42kcal
Zsír:	110,39g	164,98g	167,94g	84,97g	69,28g	87,17g	148,56g
Fehérje:	70,22g	88,92g	88,75g	69,90g	40,91g	62,07g	86,30g
Szénhidrát:	287,22g	289,80g	360,28g	270,94g	319,94g	376,95g	374,13g
Só:	6,31g	10,27g	4,81g	10,20g	5,47g	8,59g	10,10g
Ca (tej):	181,80mg	19,80mg	205,67mg	1,80mg	14,80mg	79,80mg	27,80mg

A változtatás jogát fenntartjuk!

Allergének:

1. Glutént tartalmazó gabona
2. Rákfélék 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. Szezámmag és abból készült termékek
12. Kén-dioxid
13. Puhatestûek
14. Csillagfürt
15. Édesítõszer