



2026.09.14. - 2026.09.18.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej poharas [7] Májkrém[6,(1,7,10)] Teljes kiőrlésű kenyér[1] Uborka	Tej vaniliás 0,2[7,(1)] Májusi csemegeeszalámi(1,6,7) Teljes kiőrlésű zsemle[1]	Kakaó poharas [7,(1)] Fatörzs kifli[1,3,7]	Tej poharas [7] Túrókrém édes[7] Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Madártej poharas[7,(1)] Szardínia krém [4,6,(1,7)] Teljes kiőrlésű kenyér[1]
	Energia: 305.82 Kcal / 1,278.33 KJ Fehérje Zsír T.Zsír-sav 15.35 g 7.13 g 2.88 g Szénhidrát Cukor Só 44.71 g 10.73 g 1.20 g	Energia: 328.23 Kcal / 1,372.00 KJ Fehérje Zsír T.Zsír-sav 16.48 g 7.62 g 2.81 g Szénhidrát Cukor Só 48.03 g 23.12 g 1.53 g	Energia: 265.82 Kcal / 1,111.13 KJ Fehérje Zsír T.Zsír-sav 10.61 g 4.22 g 24.12 g Szénhidrát Cukor Só 23.47 g 28.53 g 0.55 g	Energia: 325.42 Kcal / 1,360.26 KJ Fehérje Zsír T.Zsír-sav 16.53 g 7.11 g 2.74 g Szénhidrát Cukor Só 50.08 g 17.02 g 0.96 g	Energia: 324.62 Kcal / 1,356.91 KJ Fehérje Zsír T.Zsír-sav 15.29 g 4.37 g 1.53 g Szénhidrát Cukor Só 55.71 g 22.80 g 1.01 g
	Allergének:				
Ebéd	Zöldborsó leves[1,3,(6,7,10,12)] Bolognai spagetti[7,(1)]	Parasztleves [1,3,(6,7,10,12)] Aprópecsenye Tök főzelék mir. [1,7] Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Kertészleves [1,(3,6,7,10,12)] Lecsós cs.mell szelet Rizi-bizi(1,3,7,10)	Karfiolkrém leves[1,3,7,(6,10,12)] Rántott st. szelet[1,3,(7,10)] Petrezselymes burgonya	Babgulyás csipetk.st.[1,3,(6,7,10,12)] Sajtos pogácsa[1,3,6,7]
	Energia: 711.48 Kcal / 2,973.99 KJ Fehérje Zsír T.Zsír-sav 34.31 g 25.24 g 8.13 g Szénhidrát Cukor Só 83.51 g 14.73 g 1.21 g	Energia: 715.31 Kcal / 2,990.00 KJ Fehérje Zsír T.Zsír-sav 30.46 g 34.51 g 6.31 g Szénhidrát Cukor Só 73.67 g 21.03 g 1.30 g	Energia: 577.13 Kcal / 2,412.40 KJ Fehérje Zsír T.Zsír-sav 33.00 g 19.33 g 2.39 g Szénhidrát Cukor Só 66.78 g 0.44 g 0.84 g	Energia: 882.86 Kcal / 3,690.35 KJ Fehérje Zsír T.Zsír-sav 36.81 g 42.35 g 7.34 g Szénhidrát Cukor Só 89.60 g 2.21 g 1.45 g	Energia: 596.00 Kcal / 2,491.28 KJ Fehérje Zsír T.Zsír-sav 33.59 g 16.58 g 4.86 g Szénhidrát Cukor Só 81.06 g 2.51 g 0.76 g
	Allergének:				
Uzsonna	Sajtkrém snidlinges Félbarna kenyér[1,(6,7)] Alma	Mézes vaj[6,(1,7)] Félbarna kenyér[1,(6,7)]	Joghurt natúr[7] Búzakorpás diákrúd[1]	Vajkrém natúr[7] Félbarna kenyér[1,(6,7)] Körte	Sonka szalámi(1,6,7) Teljes kiőrlésű zsemle[1]
	Energia: 259.78 Kcal / 1,085.88 KJ Fehérje Zsír T.Zsír-sav 10.66 g 2.90 g 0.21 g Szénhidrát Cukor Só 42.80 g 0.00 g 0.68 g	Energia: 229.24 Kcal / 958.22 KJ Fehérje Zsír T.Zsír-sav 6.91 g 1.34 g 0.55 g Szénhidrát Cukor Só 42.03 g 10.53 g 0.68 g	Energia: 228.30 Kcal / 954.29 KJ Fehérje Zsír T.Zsír-sav 13.22 g 3.40 g 1.65 g Szénhidrát Cukor Só 34.84 g 10.56 g 0.82 g	Energia: 336.49 Kcal / 1,406.53 KJ Fehérje Zsír T.Zsír-sav 7.96 g 9.15 g 4.08 g Szénhidrát Cukor Só 49.90 g 0.00 g 0.68 g	Energia: 181.41 Kcal / 758.29 KJ Fehérje Zsír T.Zsír-sav 13.79 g 2.57 g 0.07 g Szénhidrát Cukor Só 24.88 g 0.00 g 0.86 g
	Allergének:				

Az étlapváltoztatás jogát a nyersanyag beszerzésétől függően fenntartjuk!
Diétás étkeztetést biztosítunk!

Szabó Lajosné s.k. s.k. Soltész Andrásné s.k.

Élelmezésvezető Szakács Dietetikus