Etlap

Felnőtt (19-69 év)	Hétfő 2026.11.02.	Kedd 2026.11.03.	Szerda 2026.11.04.	Csütörtök 2026.11.05.	Péntek 2026.11.06.
Ebéd	-Sertésraguleves (Z, T, G) -Burgonyás tészta -Céklasaláta	-Burgonyagombóc leves (G) -Rakott zöldbab (L)	-Karfiolleves (G, Z) -Hentestokány sertéshúsból (M, G)	-Sütőtök krémleves (L, G) -Corn flakes csirkemell rántva (L, T, G, F, D) -Kukoricás rizs	-Csirkegulyás (G, T) -Farsangi fánk (T, G, L)
	S:2,9, E:1 106,0, ZS:37,8, T:0,0, F:35,2, CH:146,3, C:1,1, Ca:85,2	S:2,1, E:970,0, ZS:65,6, T:4,3, F:25,0, CH:65,1, C:2,9, Ca:227,4	S:0,4, E:752,0, ZS:52,6, T:0,1, F:30,8, CH:34,8, C:6,2, Ca:61,7	S:5,6, E:1 232,0, ZS:39,0, T:13,1, F:61,2, CH:155,7, C:5,8, Ca:61,6	S:0,6, E:1 096,0, ZS:42,1, T:6,6, F:36,3, CH:133,5, C:6,7, Ca:90,9
Összesen	S:2,9, E:1 106,0, ZS:37,8, T:0,0, F:35,2, CH:146,3, C:1,1, Ca:85,2	S:2,1, E:970,0, ZS:65,6, T:4,3, F:25,0, CH:65,1, C:2,9, Ca:227,4	S:0,4, E:752,0, ZS:52,6, T:0,1, F:30,8, CH:34,8, C:6,2, Ca:61,7	S:5,6, E:1 232,0, ZS:39,0, T:13,1, F:61,2, CH:155,7, C:5,8, Ca:61,6	S:0,6, E:1 096,0, ZS:42,1, T:6,6, F:36,3, CH:133,5, C:6,7, Ca:90,9

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk.

elmagyarázat:

S: só (g) *E: energia (kcal)*
ZS: zsír (g) *T: telített zsírsav (g)*
F: fehérje (g) *CH: szénhidrát (g)*

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák *Z: zeller* *D: diófélék, mandula, pisztácia* *C: csillagfürt*
L: laktóz, tej, tejtermékek *R: rákfélék* *M: mustár* *P: puhatestűek*
T: tojás, fehérje *H: halak* *S: szezámmag*

Etlap

Felnőtt (19-69 év)	Hétfő 2026.11.09.	Kedd 2026.11.10.	Szerda 2026.11.11.	Csütörtök 2026.11.12.	Péntek 2026.11.13.
Ebéd	-Magyaros burgonyaleves (G, L, T) -Sajtos metélt (L)	-Daragaluska leves (G, T) -Rakott kelkáposzta (L)	-Gombaleves (G, L) -Tarhonyás hús sertésből	-Csontleves (Z) -Sült csirkecomb -Franciasaláta (L, T, M) -Párolt rizs	-Bojtár leves (G, L) -Lekváros bukta (G, L, T)
	S:1,3, E:1 042,0, ZS:47,2, T:10,5, F:32,4, CH:115,6, C:4,3, Ca:376,7	S:0,2, E:1 061,0, ZS:73,5, T:4,3, F:30,1, CH:63,3, C:2,9, Ca:215,6	S:1,8, E:1 204,0, ZS:68,2, T:10,2, F:37,9, CH:98,8, C:2,8, Ca:100,4	S:3,8, E:1 436,0, ZS:72,8, T:5,5, F:56,1, CH:133,6, C:7,3, Ca:87,9	S:2,4, E:1 034,0, ZS:45,4, T:8,0, F:34,3, CH:123,2, C:1,5, Ca:85,3
Összesen	S:1,3, E:1 042,0, ZS:47,2, T:10,5, F:32,4, CH:115,6, C:4,3, Ca:376,7	S:0,2, E:1 061,0, ZS:73,5, T:4,3, F:30,1, CH:63,3, C:2,9, Ca:215,6	S:1,8, E:1 204,0, ZS:68,2, T:10,2, F:37,9, CH:98,8, C:2,8, Ca:100,4	S:3,8, E:1 436,0, ZS:72,8, T:5,5, F:56,1, CH:133,6, C:7,3, Ca:87,9	S:2,4, E:1 034,0, ZS:45,4, T:8,0, F:34,3, CH:123,2, C:1,5, Ca:85,3

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk.

elmagyarázat:

S: só (g) *E: energia (kcal)*
ZS: zsír (g) *T: telített zsírsav (g)*
F: fehérje (g) *CH: szénhidrát (g)*

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák *Z: zeller* *D: diófélék, mandula, pisztácia* *C: csillagfürt*
L: laktóz, tej, tejtermékek *R: rákfélék* *M: mustár* *P: puhatestűek*
T: tojás, fehérje *H: halak* *S: szezámmag*

Etlap

Felnőtt (19-69 év)	Hétfő 2026.11.16.	Kedd 2026.11.17.	Szerda 2026.11.18.	Csütörtök 2026.11.19.	Péntek 2026.11.20.
Ebéd	-Húsgombócleves (T, G) -Burgonya nudli lekvárral (G, T)	-Tarhonyaleves (G) -Töltött káposzta (L, T, G)	-Zöldborsóleves (G, Z) -Mustáros szelet (L, G, M) -Tésztaköret	-kertész leves (Z, G, T) -Fokhagymás sertéssült (G) -Hagymás tört burgonya	-Tárkonyos sertésragu leves (G, L) -Meggyes linzer (G, T, L)
	S:1,7, E:1 115,0, ZS:46,4, T:0,0, F:31,4, CH:144,3, C:3,3, Ca:62,0	S:3,7, E:909,0, ZS:56,7, T:4,3, F:23,3, CH:70,6, C:1,2, Ca:175,7	S:0,7, E:1 383,0, ZS:67,4, T:4,2, F:76,0, CH:107,2, C:1,7, Ca:56,7	S:0,0, E:740,0, ZS:31,2, T:0,0, F:35,6, CH:74,0, C:2,5, Ca:61,6	S:0,6, E:1 190,0, ZS:46,4, T:5,2, F:28,1, CH:159,4, C:4,0, Ca:176,9
Összesen	S:1,7, E:1 115,0, ZS:46,4, T:0,0, F:31,4, CH:144,3, C:3,3, Ca:62,0	S:3,7, E:909,0, ZS:56,7, T:4,3, F:23,3, CH:70,6, C:1,2, Ca:175,7	S:0,7, E:1 383,0, ZS:67,4, T:4,2, F:76,0, CH:107,2, C:1,7, Ca:56,7	S:0,0, E:740,0, ZS:31,2, T:0,0, F:35,6, CH:74,0, C:2,5, Ca:61,6	S:0,6, E:1 190,0, ZS:46,4, T:5,2, F:28,1, CH:159,4, C:4,0, Ca:176,9

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk.

elmagyarázat:

S: só (g)
ZS: zsír (g)
F: fehérje (g)
E: energia (kcal)
T: telített zsírsav (g)
CH: szénhidrát (g)

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák
L: laktóz, tej, tejtermékek
T: tojás, fehérje
Z: zeller
R: rákfélék
H: halak
D: diófélék, mandula, pisztácia
M: mustár
S: szezámmag
C: csillagfürt
P: puhatestűek

Etlap

Felnőtt (19-69 év)	Hétfő 2026.11.23.	Kedd 2026.11.24.	Szerda 2026.11.25.	Csütörtök 2026.11.26.	Péntek 2026.11.27.
Ebéd	-Tejfölös zöldbableves (L, G) -Bácskai rizses hús	-Karfiolleves (G, Z) -Finomfőzelék (L, G) -Párizsi sertésszelet (T, G)	-Paradicsomleves (G, Z) -Lasagne (L, G)	-Karalábé leves (G, T) -Borzas sertés szelet (T, G) -Párolt rizs	-Zsámbéki bojtárleves (G, T) -Kefíres rétes (L, T, G)
	S:1,5, E:959,0, ZS:53,1, T:2,4, F:32,0, CH:83,7, C:2,1, Ca:81,9	*S:0,7, E:796,0, ZS:31,7, T:0,6, F:43,2, CH:82,4, C:8,3, Ca:218,6*	*S:2,8, E:1 217,0, ZS:63,4, T:0,0, F:33,6, CH:118,1, C:4,0, Ca:193,8*	*S:1,6, E:1 005,0, ZS:41,4, T:0,3, F:37,0, CH:116,5, C:1,5, Ca:81,2*	*S:1,1, E:1 222,0, ZS:44,7, T:2,5, F:38,9, CH:155,4, C:12,1, Ca:177,6*
Összesen	*S:1,5, E:959,0, ZS:53,1, T:2,4, F:32,0, CH:83,7, C:2,1, Ca:81,9*	*S:0,7, E:796,0, ZS:31,7, T:0,6, F:43,2, CH:82,4, C:8,3, Ca:218,6*	*S:2,8, E:1 217,0, ZS:63,4, T:0,0, F:33,6, CH:118,1, C:4,0, Ca:193,8*	*S:1,6, E:1 005,0, ZS:41,4, T:0,3, F:37,0, CH:116,5, C:1,5, Ca:81,2*	*S:1,1, E:1 222,0, ZS:44,7, T:2,5, F:38,9, CH:155,4, C:12,1, Ca:177,6*

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk.

Jelmagyarázat:

S: só (g)
ZS: zsír (g)
F: fehérje (g)
E: energia (kcal)
T: telített zsírsav (g)
CH: szénhidrát (g)

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák
L: laktóz, tej, tejtermékek
T: tojás, fehérje
Z: zeller
R: rákfélék
H: halak
D: diófélék, mandula, pisztácia
M: mustár
S: szezámmag
C: csillagfürt
P: puhatestűek

Etlap

Felnőtt (19-69 év)	Hétfő 2026.11.30.	Kedd 2026.12.01.	Szerda 2026.12.02.	Csütörtök 2026.12.03.	Péntek 2026.12.04.
Ebéd	-Frankfurti leves (O, L, G) -Mákos metélt S:5,7, E:1 317,0, ZS:67,4, T:5,7, F:39,6, CH:129,4, C:3,1, Ca:398,2				
Összesen	S:5,7, E:1 317,0, ZS:67,4, T:5,7, F:39,6, CH:129,4, C:3,1, Ca:398,2	S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0	S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0	S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0	S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk.

Jelmagyarázat:

S: só (g)
ZS: zsír (g)
F: fehérje (g)
E: energia (kcal)
T: telített zsírsav (g)
CH: szénhidrát (g)

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák
L: laktóz, tej, tejtermékek
T: tojás, fehérje
Z: zeller
R: rákfélék
H: halak
D: diófélék, mandula, pisztácia
M: mustár
S: szezámmag
C: csillagfürt
P: puhatestűek