

Heti étlap 2026.08.03. - 2026.08.09.								
		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00486) Felnőtt (70 év felett)	Reggeli	Tea 70 feletti , Fokhagymás felvágott[1,6,7], Margarin Light(7), Zsemle rozsos[1], Pritamin paprika	Tea 70 feletti , Tejeskávét[1,7], Korpás szilvás leveles	Tea 70 feletti , Körözött fel.70fel. [7], Korpás kenyér [1], Uborka(kígyó)	Tea 70 feletti , Szalonnás tojás [3, (1)], Félbarna kenyér[1,(6,7)]	Tea 70 feletti , Tej 2dl 70 év felett[7], Párizsi(1,6,7,10), Margarin Light(7), Zsemle rozsos[1]	Tea 70 feletti , Liba májas 65g, Korpás kenyér[1], Paradicsom	Tea 70 feletti , Kockasajt 8 db-os [7,(1)], Félbarna kenyér[1,(6,7)], Uborka(kígyó)
		Fogy. ár: 0,00Ft	Fogy. ár: 0,00Ft	Fogy. ár: 0,00Ft	Fogy. ár: 21,00Ft	Fogy. ár: 0,00Ft	Fogy. ár: 0,00Ft	Fogy. ár: 21,00Ft
	Tízórai	Győri jó reggelt kekesz[1,(3,6,7,8)]	Bombi szelet(1,3)	Őszibarack	Nápolyi szelet[1,7, (3,5,6,12)]	Krémtúró vanillás [7,(1)]	Nektarin	Szőlő
		Fogy. ár: 0,00Ft	Fogy. ár: 0,00Ft	Fogy. ár: 0,00Ft	Fogy. ár: 0,00Ft	Fogy. ár: 0,00Ft	Fogy. ár: 0,00Ft	Fogy. ár: 0,00Ft
	Ebéd	Csirkeraguleves [1,3,9], Rizsfelfűjt fel.70felett[3,7], Erdeigyümölcs öntet(1,6,7,8,12)	Májgaluska leves 70 felett[1,3,(7)], Burgonya főzelék 70 felett[1,7], Sertés pörkölt 70 felett, Fehérkenyér [1,(7)]	Fejtett bableves fel.70fel.[1,7,9], Tarhonyáschús[1,3], Csemege uborka [10]	Zellerkrémleves 70 felett[1,7,9], Zsemle kocka, Gyros tál[3,7,10, (1,6,11)]	Zöldségleves mir. [1,3,9], Zöldborsófőzelék [1,7], Sült csirkecomb, Fehérkenyér[1,(7)]	Gulyásleves fel.70 felett[9], Pogácsa fel.70fel.[1,3,7]	Csontleves fel.70felett[1,3,9], Sült sertés oldalas fel.70fel., Burgonya sós félada, Párolt káposzta fel.70fel.
		Fogy. ár: 0,00Ft	Fogy. ár: 0,00Ft	Fogy. ár: 0,00Ft	Fogy. ár: 0,00Ft	Fogy. ár: 0,00Ft	Fogy. ár: 0,00Ft	Fogy. ár: 0,00Ft
	Uzsonna	Alma	Tejberizs	Piskótaszelet	Alma	Szőlő	Gyümölcs joghurt db[7,(1)]	Puding poharas [1,7]
		Fogy. ár: 0,00Ft	Fogy. ár: 0,00Ft	Fogy. ár: 0,00Ft	Fogy. ár: 0,00Ft	Fogy. ár: 0,00Ft	Fogy. ár: 0,00Ft	Fogy. ár: 0,00Ft
	Vacsora							



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00486) Felnőtt (70 év felett)	Vacsora	Limonádé 70 felett, Lecsó (friss) (1), Fehérkenyér[1, (7)]	Tea 70 feletti , Kolbászkрем fel.70felett(7), Félbarna kenyér[1, (6,7)], Paradicsom	Limonádé 70 felett, Pozsonyi kocka almával [1,3,7,(12)]	Tea 70 feletti , Turista felvágott (1,6,7), Margarin Light(7), Kifli rozsos [1], Zöldpaprika	Limonádé 70 felett, Burgonyasaláta, majonézes[3,7,10, (1,12)], Pipiropogós	Tea 70 feletti , Cigányszonka, Margarin Light(7), Fehérkenyér[1,(7)]	Tea 70 feletti , Téliszalámi(1,6,7), Margarin Light(7), Korpás kenyér[1]
		Fogy. ár: 0,00Ft	Fogy. ár: 21,00Ft	Fogy. ár: 0,00Ft	Fogy. ár: 0,00Ft	Fogy. ár: 0,00Ft	Fogy. ár: 0,00Ft	Fogy. ár: 0,00Ft

.....

Élelmezési osztályvezető Vezető dietetikus Gazdaságvezető

Tel.: 06/20/253-1034

Ételféleségenkénti allergén tartalomról bővebb felvilágosítás élelmezésvezetőtől kérhető a fenti telefonszámon.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00486) Felnőtt (70 év felett)	Reggeli	Tea 70 feletti , Olasz felvágott (1,6,7), Margarin Light(7), Félbarna kenyér[1,(6,7)], Paradicsom	Tea 70 feletti , Vaniliás tej[7, (1,6,8,12)], Kalács foszlós 1kg[1,3,7], Margarin Light(7), Minidzsem 20g-os, különféle(12)	Tea 70 feletti , Löncs felvágott (1,6,7), Margarin Light(7), Zsemle[1]	Tea 70 feletti , Bundás kenyér70 feletti[1,3,(6,7)]	Tea 70 feletti , Tej 2dl 70 év felett[7], Kenőmájas (1,6,7,10), Szezámmagos zsemle[1]	Tea 70 feletti , Házi szalámi krém fel.70fel.(1,6,7), Félbarna kenyér[1, (6,7)], Uborka (kígyó)	Tea 70 feletti , Zala felvágott (1,6,7), Margarin Light(7), Félbarna kenyér[1,(6,7)], Paradicsom
		Energia: 337,60 Kcal / 1 411,17 KJ	Energia: 803,01 Kcal / 3 356,58 KJ	Energia: 283,24 Kcal / 1 183,94 KJ	Energia: 496,28 Kcal / 2 074,45 KJ	Energia: 367,69 Kcal / 1 536,94 KJ	Energia: 415,11 Kcal / 1 735,16 KJ	Energia: 283,76 Kcal / 1 186,12 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		18,55 g 24,49 g 8,53 g	20,43 g 19,18 g 7,70 g	13,39 g 18,49 g 6,35 g	16,30 g 43,90 g 6,02 g	19,18 g 19,84 g 9,31 g	18,58 g 33,54 g 10,98 g	19,69 g 17,95 g 6,02 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		74,64 g 19,98 g 4,80 g	136,06 g 63,72 g 1,65 g	52,14 g 19,98 g 2,80 g	72,72 g 19,98 g 4,13 g	48,01 g 19,98 g 2,23 g	73,54 g 19,98 g 4,74 g	74,82 g 19,98 g 3,78 g
	Tízórai	Müzliszelet, gyümölcsös[1, (5,6,7,8,11,12)]	Dinnye	Őszibarack	Bombi szelet(1,3)	Dinnye	Kefír poharas [7]	Alma
		Energia: 70,54 Kcal / 294,86 KJ	Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ	Energia: 41,34 Kcal / 172,80 KJ	Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ	Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ	Energia: 66,11 Kcal / 276,34 KJ	Energia: 52,18 Kcal / 218,11 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		1,80 g 1,40 g 0,38 g	0,00 g 0,00 g 0,00 g	0,70 g 0,10 g 0,00 g	0,00 g 0,00 g 0,00 g	0,00 g 0,00 g 0,00 g	6,80 g 0,20 g 0,11 g	0,60 g 0,60 g 0,00 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		12,60 g 2,70 g 0,02 g	0,00 g 0,00 g 0,00 g	9,00 g 0,00 g 0,01 g	0,00 g 0,00 g 0,00 g	0,00 g 0,00 g 0,00 g	9,20 g 0,00 g 0,60 g	10,50 g 0,00 g 0,02 g
	Ebéd	Frankfurti leves fel.70fel.[1,7,9, (6,10)], Köményes kifli fel.70fel.[1,3,7]	Zöldségleves mir. [1,3,9], Zöldbabfőzelék fel.70fel.[1,7], Sertés pörkölt 70 felett, Fehérkenyér [1,(7)]	Húsleves 70 felett [1,3,9], Spenótos csirkés penne [1,3,7]	Paradicsom leves fel.70felett[1,3,9], Párizsi csirkemell [1,3,7], Főtt rizs fel.70felett, Uborka saláta (friss)	Vajgaluska leves [1,3,9,(7)], Finomfőzelék 70 feletti[1,7], Sült virsli(1,6,7,10), Fehérkenyér[1,(7)]	Bakonyi betyárleves fel.70fel.[1,7], Mákos metélt [1,3]	Csontleves fel.70felett[1,3,9], Fokhagymás cigánypecsenye(1), Burgonya petrezselymes fel.70fel., Káposzta saláta
Energia: 1 053,31 Kcal /		Energia: 976,78 Kcal / 4 082,94	Energia: 673,36 Kcal / 2 814,64	Energia: 1 461,94 Kcal /	Energia: 1 024,81 Kcal /	Energia: 1 120,22 Kcal /	Energia: 1 331,16 Kcal /	
Fehérje Zsír T.Zsírsav		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	

4 402,84 KJ			KJ			KJ			6 110,91 KJ			4 283,71 KJ			4 682,52 KJ			5 564,25 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
32,36 g	59,41 g	20,40 g	36,33 g	55,57 g	13,47 g	44,54 g	17,26 g	4,80 g	43,33 g	78,58 g	9,44 g	30,99 g	57,92 g	12,22 g	42,66 g	49,45 g	14,78 g	34,05 g	77,85 g	22,29 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
96,95 g	1,34 g	5,63 g	81,43 g	1,36 g	9,48 g	84,70 g	0,05 g	4,23 g	143,55 g	29,97 g	8,37 g	93,46 g	10,04 g	12,40 g	124,77 g	31,26 g	4,39 g	120,91 g	20,03 g	10,75 g
Szilva			Zabszelet 42 g[1, (3,6,7,8)]			Gyümölcs joghurt db[7,(1)]			Alma			Túró Rudi[7,(1)]			Nápolyi szelet[1,7, (3,5,6,12)]			Foltocska[1,3]		
Energia: 72,25 Kcal / 302,01 KJ			Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ			Energia: 166,11 Kcal / 694,34 KJ			Energia: 52,18 Kcal / 218,11 KJ			Energia: 159,38 Kcal / 666,21 KJ			Energia: 152,23 Kcal / 636,32 KJ			Energia: 217,25 Kcal / 908,11 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
0,84 g	0,20 g	0,00 g	4,20 g	9,87 g	2,53 g	5,59 g	5,79 g	3,13 g	0,60 g	0,60 g	0,00 g	3,98 g	8,17 g	4,33 g	1,92 g	8,55 g	3,39 g	6,36 g	3,52 g	1,00 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
15,72 g	0,00 g	0,01 g	19,63 g	0,00 g	0,12 g	22,45 g	22,45 g	0,49 g	10,50 g	0,00 g	0,02 g	17,30 g	16,80 g	0,02 g	16,71 g	9,85 g	0,06 g	39,79 g	24,98 g	0,38 g
Limonádé 70 felett, Debreceni (1,6,7), Mustár [10, (12)], Fehérkenyér [1,(7)]			Tea 70 feletti , Kárpát szalámi [5,8], Margarin Light(7), Félbarna kenyér[1,(6,7)], Uborka(kígyó)			Limonádé 70 felett, Paprikásburg kolb. fel.70fel. (1,6,7), Fehérkenyér[1,(7)], Csemege uborka [10]			Tea 70 feletti , Csirkemell sonka (1,6,7), Margarin Light(7), Kifli[1]			Limonádé 70 felett, Császármorzsa [1,3,7,(12)]			Tea 70 feletti , Turista felvágott (1,6,7), Margarin Light(7), Félbarna kenyér[1,(6,7)]			Tea 70 feletti , Füstölt főtt tarja(1), Korpás kenyér[1], Ecetes torma		
Energia: 611,45 Kcal / 2 555,86 KJ			Energia: 430,26 Kcal / 1 798,49 KJ			Energia: 987,31 Kcal / 4 126,96 KJ			Energia: 192,09 Kcal / 802,94 KJ			Energia: 741,78 Kcal / 3 100,64 KJ			Energia: 268,65 Kcal / 1 122,96 KJ			Energia: 240,22 Kcal / 1 004,12 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
24,30 g	24,33 g	7,98 g	18,24 g	25,47 g	3,70 g	30,49 g	49,53 g	14,40 g	13,05 g	6,80 g	1,96 g	13,49 g	27,99 g	4,87 g	19,61 g	17,31 g	5,87 g	18,86 g	10,31 g	3,15 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
72,86 g	11,99 g	4,91 g	95,32 g	19,98 g	2,31 g	102,50 g	11,99 g	9,86 g	39,78 g	19,98 g	1,86 g	107,20 g	55,54 g	1,31 g	72,58 g	19,98 g	3,95 g	76,55 g	26,98 g	3,38 g

.....

Élelmezési	Vezető	Gazdaságvezető
osztályvezető	dietetikus	

Tel.: 06/20/253-1034

Ételféleségenkénti allergén tartalomról bővebb felvilágosítás élelmezésvezetőtől
kérhető a fenti telefonszámon.



Heti étlap 2026.08.17. - 2026.08.23.																						
		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
(00486) Felnőtt (70 év felett)	Reggeli	Tea 70 feletti , Gépsonka(1,6,7), Margarin Light(7), Félbarna kenyér[1,(6,7)], Uborka (kígyó)			Tea 70 feletti , Kakaó 70 év felett [7,(1)], Fonott kismákos			Tea 70 feletti , Húskenyér (1,6,7,10), Margarin Light(7), Korpás kenyér[1]			Tea 70 feletti , Főtt tojás 70 felett [3], Margarin Light (7), Korpás kenyér [1], Pritamin paprika			Tea 70 feletti , Csirkemájás zsír fel.70fel.(7), Korpás kenyér[1], Lilahagyma			Tea 70 feletti , Tej 2dl 70 év felett[7], Mexikói felvágott, Margarin Light(7), Szezámmagos zsemle[1]			Tea 70 feletti , Turista felvágott (1,6,7), Margarin Light(7), Zsemle rozsos[1]		
		Energia: 225,64 Kcal / 943,18 KJ			Energia: 264,89 Kcal / 1 107,24 KJ			Energia: 253,70 Kcal / 1 060,47 KJ			Energia: 267,71 Kcal / 1 119,03 KJ			Energia: 548,06 Kcal / 2 290,89 KJ			Energia: 222,83 Kcal / 931,43 KJ			Energia: 416,18 Kcal / 1 739,63 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		23,89 g	10,22 g	3,09 g	7,19 g	3,44 g	1,88 g	16,43 g	17,05 g	5,53 g	20,69 g	15,88 g	3,88 g	23,87 g	43,76 g	16,75 g	9,65 g	8,12 g	3,04 g	14,89 g	16,69 g	5,71 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	73,55 g	19,98 g	2,96 g	50,92 g	39,96 g	0,27 g	67,17 g	19,98 g	2,61 g	69,03 g	19,98 g	1,52 g	72,82 g	20,81 g	2,08 g	47,86 g	19,98 g	0,85 g	51,06 g	19,98 g	2,80 g	
	Tízórai	Natur joghurt[7]			Nektarin			Piskótaszelet			Szilva			Mini kuglóf kakaós 45g[1,3,7]			Gyümölcs joghurt db[7,(1)]			Alma		
		Energia: 129,42 Kcal / 540,98 KJ			Energia: 55,28 Kcal / 231,07 KJ			Energia: 392,82 Kcal / 1 641,99 KJ			Energia: 72,25 Kcal / 302,01 KJ			Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ			Energia: 166,11 Kcal / 694,34 KJ			Energia: 52,18 Kcal / 218,11 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
6,80 g		7,20 g	3,91 g	0,94 g	0,46 g	0,05 g	4,30 g	19,70 g	0,00 g	0,84 g	0,20 g	0,00 g	4,01 g	3,47 g	1,66 g	5,59 g	5,79 g	3,13 g	0,60 g	0,60 g	0,00 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
9,20 g	0,00 g	0,60 g	11,78 g	0,00 g	0,00 g	45,20 g	0,00 g	0,00 g	15,72 g	0,00 g	0,01 g	23,21 g	4,65 g	0,02 g	22,45 g	22,45 g	0,49 g	10,50 g	0,00 g	0,02 g		
Ebéd	Babgulyás, Aranygaluska 70 felett[1,3,7], Vaníliásodó 70 év felett[7,(1,6,8,12)]			Reszelt tészta leves fel.70fel [1,3,9], Töltött paprika [1,3,9], Burgonya sós féladag			Gyümölcsleves fel.70felett[1,7,(6,8,12)], Rizses hús fel.70fel., Csemege uborka [10]			Karfiolleves mir.70 feletti[1,3,7], Vagdalt fel.70felett [1,3], Bulgur[1], Káposzta saláta			Csontleves fel.70felett[1,3,9], Lencsefőzelék fel.70fel.[1,7,10,(12)], Sertés pörkölt 70 felett, Fehérkenyér[1,(7)]			Tárkonyos húsgaluska leves fel.70fel.[1,3,7,9], Darásmetélt Sárgabarack lekvár [1,3,(12)]			Csirkeraguleves [1,3,9], Búbos szelet fel.70felett [1,3], Főtt rizs fel.70felett, Uborka saláta (friss)			
	Energia: 1 663,36 Kcal / 6 952,84 KJ			Energia: 1 125,06 Kcal / 4 702,75 KJ			Energia: 1 112,23 Kcal / 4 649,12 KJ			Energia: 1 504,74 Kcal / 6 289,81 KJ			Energia: 1 286,55 Kcal / 5 377,78 KJ			Energia: 1 142,20 Kcal / 4 774,40 KJ			Energia: 1 326,33 Kcal / 5 544,06 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	
	57,39 g	84,21 g	24,57 g	37,89 g	56,92 g	12,65 g	29,61 g	55,37 g	12,99 g	49,42 g	88,38 g	17,56 g	59,82 g	60,81 g	13,04 g	34,24 g	53,82 g	12,07 g	67,65 g	70,53 g	13,31 g	
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
167,92 g	43,96 g	4,29 g	113,27 g	10,01 g	9,96 g	121,30 g	10,85 g	6,08 g	168,78 g	21,10 g	12,50 g	123,97 g	0,91 g	9,59 g	128,70 g	30,23 g	3,02 g	140,61 g	10,04 g	12,41 g		



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00486) Felnőtt (70 év felett)	Ebéd							
	Uzsonna	Alma	Túró Rudi[7,(1)]	Krémtúró vanillás [7,(1)]	Kefír poharas [7]	Őszibarack	Nápolyi szelet[1,7, (3,5,6,12)]	Meggyeskevert fel.70fel.[1,3]
		Energia: 52,18 Kcal / 218,11 KJ	Energia: 159,38 Kcal / 666,21 KJ	Energia: 228,53 Kcal / 955,26 KJ	Energia: 66,11 Kcal / 276,34 KJ	Energia: 41,34 Kcal / 172,80 KJ	Energia: 152,23 Kcal / 636,32 KJ	Energia: 246,13 Kcal / 1 028,82 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		0,60 g 0,60 g 0,00 g	3,98 g 8,17 g 4,33 g	13,10 g 10,68 g 5,72 g	6,80 g 0,20 g 0,11 g	0,70 g 0,10 g 0,00 g	1,92 g 8,55 g 3,39 g	6,29 g 3,17 g 0,74 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		10,50 g 0,00 g 0,02 g	17,30 g 16,80 g 0,02 g	19,32 g 19,32 g 0,04 g	9,20 g 0,00 g 0,60 g	9,00 g 0,00 g 0,01 g	16,71 g 9,85 g 0,06 g	47,48 g 32,88 g 0,38 g
	Vacsora	Limonádé 70 felett, Sült hurka fel.70fel.(1), Fehérkenyér[1,(7)]	Tea 70 feletti , Sajtkrém, Lm.50g-os[7,(1)], Zsemle rozsos[1], Paradicsom	Limonádé 70 felett, Dödölle-tejföllel[1,7]	Tea 70 feletti , Cigánysonka, Margarin Light(7), Korpás kenyér[1]	Limonádé 70 felett, Panírozott halrudak fel.70fel. [4], Burgonyapüré [7], Fejes saláta	Tea 70 feletti , Diákcsemege[5,8], Margarin Light(7), Zsemle[1], Pritamin paprika	Tea 70 feletti , Tepertőkrém(1,7), Paradicsom, Fehérkenyér[1,(7)]

.....

Élelmezési osztályvezető Vezető dietetikus Gazdaságvezető

Tel.: 06/20/253-1034

Ístelféleségenkénti allergén tartalomról bővebb felvilágosítás élelmezésvezetőtől kérhető a fenti telefonszámon.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00486) Felnőtt (70 év felett)	Reggeli	Tea 70 feletti , Kacsamájás, Zsemle rozsos[1], Paradicsom	Tea 70 feletti , Tejeskávé[1,7], Kalács kakaós 1kg [1,3,7], Margarin Light(7), Minidzsem 20g-os, különféle(12)	Tea 70 feletti , Uzsonna szelet, Margarin Light(7), Korpás kenyér[1], Zöldpaprika	Tea 70 feletti , Krinolin(1,6,7,10), Fehérkenyér[1,(7)], Mustár [10,(12)]	Tea 70 feletti , Körözött fel.70fel. [7], Korpás kenyér [1], Lilahagyma	Tea 70 feletti , Tej 2dl 70 év felett[7], Füstölt párizsi, Margarin Light(7), Szezámagos zsemle[1]	Tea 70 feletti , Turista felvágott (1,6,7), Margarin Light(7), Paradicsom, Fehérkenyér[1,(7)]
		Energia: 239,75 Kcal / 1 002,16 KJ	Energia: 821,79 Kcal / 3 435,08 KJ	Energia: 135,57 Kcal / 566,68 KJ	Energia: 522,41 Kcal / 2 183,67 KJ	Energia: 271,77 Kcal / 1 136,00 KJ	Energia: 222,83 Kcal / 931,43 KJ	Energia: 542,05 Kcal / 2 265,77 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 5,60 g 0,49 g 0,16 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 22,15 g 19,93 g 8,10 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 9,89 g 6,28 g 1,40 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 18,87 g 13,65 g 4,13 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 26,72 g 10,52 g 5,99 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 9,65 g 8,12 g 3,04 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 20,31 g 17,21 g 5,59 g
		Szénhidrát Cukor Só 52,91 g 19,98 g 0,86 g	Szénhidrát Cukor Só 137,33 g 63,72 g 1,72 g	Szénhidrát Cukor Só 68,55 g 19,98 g 1,24 g	Szénhidrát Cukor Só 80,35 g 19,98 g 3,96 g	Szénhidrát Cukor Só 76,01 g 21,67 g 2,01 g	Szénhidrát Cukor Só 47,86 g 19,98 g 0,85 g	Szénhidrát Cukor Só 75,78 g 19,98 g 3,98 g
	Tízórai	Alma	Nápolyi szelet[1,7, (3,5,6,12)]	Szőlő	Müzliszelet, gyümölcsös[1, (5,6,7,8,11,12)]	Alma	Bombi szelet(1,3)	Szőlő
		Energia: 52,18 Kcal / 218,11 KJ	Energia: 152,23 Kcal / 636,32 KJ	Energia: 96,76 Kcal / 404,46 KJ	Energia: 70,54 Kcal / 294,86 KJ	Energia: 52,18 Kcal / 218,11 KJ	Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ	Energia: 96,76 Kcal / 404,46 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 0,60 g 0,60 g 0,00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 1,92 g 8,55 g 3,39 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0,72 g 0,36 g 0,00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 1,80 g 1,40 g 0,38 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0,60 g 0,60 g 0,00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0,00 g 0,00 g 0,00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 0,72 g 0,36 g 0,00 g
		Szénhidrát Cukor Só 10,50 g 0,00 g 0,02 g	Szénhidrát Cukor Só 16,71 g 9,85 g 0,06 g	Szénhidrát Cukor Só 21,72 g 0,00 g 0,01 g	Szénhidrát Cukor Só 12,60 g 2,70 g 0,02 g	Szénhidrát Cukor Só 10,50 g 0,00 g 0,02 g	Szénhidrát Cukor Só 0,00 g 0,00 g 0,00 g	Szénhidrát Cukor Só 21,72 g 0,00 g 0,01 g
	Ebéd	Legényfogó leves fel.70fel.[1,7], Gránátos kocka fel.70fel.[1,3], Csemege uborka [10]	Húsgombóclevés fel.70fel.[1,3,9], Sóskamártás mir. [1,7], Burgonya sós féladag , Főtt tojás 70 felett[3]	Zellerkrémleves 70 felett[1,7,9], Zsemle kocka, Csőben s.zöldséges cs.mell fel.70fel.[1,3,7], Főtt rizs fel.70felett	Kertészleves mir. fel.70 felett[1,3,9], Rántott sertésszelet fel.70fel.[1,3,7], Burgonya petrezselymes fel.70fel., Káposzta saláta	Húsleves 70 felett [1,3,9], Sárgaborsó főzelék felnőtt 70 [1], Sertés pörkölt 70 felett, Fehérkenyér[1,(7)]	Sertésraguleves 70 felett[1,3,9], Ízes derelye fel.70 [1]	Csontleves fel.70felett[1,3,9], Lecsós csirkecomb, Tarhonya köret 70 felett[1,3,(7)]



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
(00486) Felnőtt (70 év felett)	Ebéd	Energia: 1 001,10 Kcal / 4 184,60 KJ			Energia: 683,27 Kcal / 2 856,07 KJ			Energia: 1 331,45 Kcal / 5 565,46 KJ			Energia: 1 688,23 Kcal / 7 056,80 KJ			Energia: 1 238,47 Kcal / 5 176,80 KJ			Energia: 1 118,72 Kcal / 4 676,25 KJ			Energia: 915,93 Kcal / 3 828,59 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		44,92 g	41,95 g	6,90 g	27,66 g	35,70 g	8,86 g	51,55 g	69,90 g	18,46 g	55,47 g	84,53 g	12,28 g	58,31 g	56,03 g	13,88 g	38,21 g	53,74 g	11,59 g	61,23 g	36,56 g	8,09 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		109,51 g	1,34 g	9,43 g	60,46 g	5,66 g	6,43 g	121,63 g	0,07 g	9,33 g	172,79 g	20,03 g	14,20 g	124,32 g	0,05 g	8,85 g	116,66 g	0,05 g	3,94 g	85,06 g	0,10 g	4,21 g
	Uzsonna	Túró Rudi[7,(1)]			Szilva			Gyümölcs joghurt db[7,(1)]			Piskótaszület			Kefír poharas [7]			Körte			Kókuszkecska[1,3,(7)]		
		Energia: 159,38 Kcal / 666,21 KJ			Energia: 72,25 Kcal / 302,01 KJ			Energia: 166,11 Kcal / 694,34 KJ			Energia: 392,82 Kcal / 1 641,99 KJ			Energia: 66,11 Kcal / 276,34 KJ			Energia: 79,49 Kcal / 332,27 KJ			Energia: 558,12 Kcal / 2 332,94 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		3,98 g	8,17 g	4,33 g	0,84 g	0,20 g	0,00 g	5,59 g	5,79 g	3,13 g	4,30 g	19,70 g	0,00 g	6,80 g	0,20 g	0,11 g	0,60 g	0,45 g	0,00 g	7,53 g	33,42 g	16,32 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	Vacsora	Limonádé 70 felett, Sztapacska [1,3,7]			Tea 70 felett , Kárpát szalámi [5,8], Margarin Light(7), Fehérkenyér[1,(7)], Uborka(kígyó)			Limonádé 70 felett, Rakott zsemle fel.70fel. [1,3,7]			Tea 70 felett , Disznósajt(1,6,7), Félbarna kenyér[1,(6,7)], Paradicsom			Limonádé 70 felett, Burgonyakása[1]			Tea 70 felett , Házi sajtkrém fel.70felett[7,(1)], Korpás kenyér[1], Uborka(kígyó)			Tea 70 felett , Főtt császárszalonna (1), Félbarna kenyér[1,(6,7)], Ecetes torna		
		Energia: 453,04 Kcal / 1 893,71 KJ			Energia: 692,71 Kcal / 2 895,53 KJ			Energia: 211,07 Kcal / 882,27 KJ			Energia: 281,22 Kcal / 1 175,50 KJ			Energia: 618,90 Kcal / 2 587,00 KJ			Energia: 362,98 Kcal / 1 517,26 KJ			Energia: 479,64 Kcal / 2 004,90 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		17,42 g	13,84 g	5,52 g	18,44 g	25,27 g	3,40 g	15,75 g	4,19 g	1,59 g	19,02 g	18,09 g	6,42 g	13,25 g	19,58 g	2,16 g	20,90 g	26,52 g	11,02 g	18,40 g	37,09 g	15,01 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		63,92 g	12,85 g	3,36 g	96,52 g	19,98 g	2,33 g	100,54 g	32,97 g	2,87 g	74,55 g	19,98 g	4,64 g	95,67 g	11,99 g	2,98 g	68,59 g	19,98 g	2,16 g	81,78 g	26,98 g	4,41 g



.....

Élelmezési	Vezető	Gazdaságvezető
osztályvezető	dietetikus	
Tel.: 06/20/253-1034		

Ítelféleségenkénti allergén tartalomról bővebb felvilágosítás élelmezésvezetőtől
kérhető a fenti telefonszámon.

