

Étkezés	2025.06.16 Hétfő	2025.06.17 Kedd	2025.06.18 Szerda	2025.06.19 Csütörtök	2025.06.20 Péntek
Tízórai	Tej1,5%⁷ E: 73kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 8g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Cukormentes gyümölcsstea E: 0kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Cukormentes gyümölcsstea E: 0kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Kakaó⁷ E: 96kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 13g, Cuk: 5g, Só: 0,0g	Cukormentes gyümölcsstea E: 0kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,0g
	Vaj⁷ E: 73kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Bords Eve vitaminos margarin^{7,17} E: 53kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	TK formakenyér¹ E: 94kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,4g	Molnárika^{1,3} E: 285kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 50g, Cuk: 6g, Só: 0,8g	TK formakenyér¹ E: 94kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,4g
	TK formakenyér¹ E: 94kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,4g	TK barnakenyér sószegény¹ E: 107kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	Sajtkrémes halkrém^{4,7} E: 61kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 2g, Feh.: 3g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g		Zöldségkrém⁷ E: 43kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 2g, Feh.: 1g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,2g
	Sárgabarack lekvár E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 5g, Só: 0,0g	AMMERLAND szeletelt sajt⁷ E: 69kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Paradicsom E: 4kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g		
Ebéd	Húsgaluskaleves^{**1,3,7,9,10} E: 174kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	Brokkolikrémleves^{1,3,7,9,10} E: 98kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Kertész leves^{1,3,7,9,10} E: 110kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Tojásleves^{1,3,7,9,10} E: 89kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Zöldborsóleves^{**1,3,7,9,10} E: 122kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,1g
	Kelkáposztafőzelék¹ E: 196kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Leves gyöngy¹ E: 57kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 5g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Sertéspörkölt¹ E: 201kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 0g, Feh.: 13g, CH: 5g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Panírozott halfilé spenótos szósszal sütőben^{1,2,3,4,6,7,9,10} E: 143kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	Tarhonyás hús sertésből^{1,3} E: 434kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 0g, Feh.: 22g, CH: 47g, Cuk: 0g, Só: 0,8g
	Virslj^{1,6,7} E: 108kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 1,1g	Pulykaragu jóasszony módra^{1,6,7} E: 144kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 13g, CH: 5g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Sárgaborsó-főzelék¹ E: 308kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 0g, Feh.: 16g, CH: 44g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Zöldséges rizs E: 291kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 52g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Kovászos uborka E: 6kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,5g
	Szezonális gyümölcs E: 29kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Petrezselymes burgonya E: 235kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 37g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Szezonális gyümölcs E: 29kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 0,0g		
Uzsonna	Flóra margarin⁷ E: 63kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	TK kifli 50g¹ E: 124kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Flóra margarin⁷ E: 63kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	TK formakenyér¹ E: 94kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,4g	Túrós batyu^{1,3,7,12} E: 228kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 8g, Só: 0,5g
	TK zsemle 50 g^{**1} E: 146kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,7g	Görög joghurt⁷ E: 24kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 5g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Fehér formakenyér¹ E: 106kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	Zöldfűszeres vajkrém⁷ E: 43kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	
	Zöldpaprika E: 4kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g		Lilahagyma E: 8kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Kígyóuborka E: 2kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	
	Gépsonka^{1,6,7} E: 32kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,2g		Zala felvágott^{1,6,7} E: 49kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g		

Az esetleges étlapváltozásokért elnézést kérünk!

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. Szezámag és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfűrt, 15. Dióféléket tartalmazhat, 16. Földimogyorót tartalmazhat, 17. Szezámagot tartalmazhat