



ÉTLAP

2026.10.05-2026.10.09

41 hét.

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd leves	Kertészleves (1,9) EN:114 SZH:13.1 SÓ:0.2 ZSÍR:5.3 FE:3.1.	Paradicsomleves (1,9) EN:166 SZH:24.5 SÓ:0.9 ZSÍR:5.6 FE:3.9.	Kolbászos lencseleves (1,3,9) EN:287 SZH:31.3 SÓ:0.7 ZSÍR:11.0 FE:15.2.	Csontleves (1,3,9) EN:97 SZH:13.7 SÓ:0.7 ZSÍR:2.5 FE:4.4.	Csurgatott tojásleves (1,3) EN:130 SZH:6.8 SÓ:0.2 ZSÍR:9.5 FE:3.7.
Ebéd A menü	Paradicsomos húsgombóc (1,3,9) Főtt burgonya EN:630 SZH:93.6 SÓ:1.5 ZSÍR:16.6 FE:24.8.	Temesvári sertésszelet (1,2,7) Házi galuska (1,3) EN:699 SZH:190.1 SÓ:0.6 ZSÍR:65.1 FE:133.5.	Székelykáposzta (1,7) EN:347 SZH:11.5 SÓ:0.9 ZSÍR:26.0 FE:16.2.	Rántott csirkemáj (1,3) Párolt rizs Tartármártás (2,3,7) EN:875 SZH:91.6 SÓ:1.1 ZSÍR:42.3 FE:30.5.	Piskóta (1,3) Csoki öntet (7) EN:331 SZH:52.5 SÓ:0.2 ZSÍR:8.1 FE:11.3.
Ebéd B menü	Borsos tokány (1) Rizi bizi Savanyúság (12,15) EN:521 SZH:46.7 SÓ:1.2 ZSÍR:26.9 FE:22.2.	Majorannás burgonyafőzelék (1,7) Sertéspörkölt EN:614 SZH:52.5 SÓ:1.6 ZSÍR:32.2 FE:26.9.	Sült csirkeszárny Petrezselymes burgonya Savanyúság (12,15) EN:395 SZH:52.6 SÓ:1.2 ZSÍR:11.5 FE:18.6.	Tarhonyás sertéshús (1,3) Ecetes paprika (2,12,15) EN:547 SZH:40.6 SÓ:2.0 ZSÍR:30.4 FE:26.7.	Milánói makaróni (1,3,7) Reszelt sajt (7) EN:753 SZH:68.1 SÓ:1.6 ZSÍR:35.8 FE:38.4.

Iergének: 1 glutén,2 mustár,3 tojás,4 halak,5 földimogyoró,6 szója,7 tej,8 diófélék,9 zeller,10 rákfélék,11 szezámmag,12 kén-dioxid,13 csillagfűrt,14 puhatestűek,15 édesítőszer.
Beszerzéstől függően az étlap változhat.

Élelmezésvezető

artalom jelölés magyarázata (EN:energia, kcal/adag;SZH:szénhidrát, g/adag; SÓ:sótartalom,g/adag;ZSÍR:zsírtartalom,g/adag,TZS:telített zsírsav g/adag,HCK:hozzáadott cukor)



ÉTLAP

2026.10.12-2026.10.16

42 hét.

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd leves	Zellerleves (1,3,9) EN:111 SZH:11.5 SÓ:0.3 ZSÍR:5.7 FE:2.7.	Csirkeragu leves (9) EN:149 SZH:7.0 SÓ:0.8 ZSÍR:6.8 FE:14.5.	Palócleves (1,7) EN:344 SZH:21.0 SÓ:0.7 ZSÍR:21.8 FE:14.4.	Fahéjas almaleves (1,7) EN:130 SZH:21.1 ZSÍR:3.7 FE:2.1.	Magyaros burgonyaleves (1) EN:191 SZH:29.6 SÓ:0.5 ZSÍR:5.7 FE:4.5.
Ebéd A menü	Csőbensült kelkáposzta sárgarépával (1,3,7) EN:393 SZH:37.7 SÓ:1.6 ZSÍR:18.6 FE:18.0.	Túrós tészta (1,3,7) Porcukor EN:594 SZH:82.5 SÓ:0.9 ZSÍR:17.6 FE:25.8.	Rakott burgonya (1,3,7) Céklasaláta (12,15) EN:576 SZH:62.6 SÓ:1.5 ZSÍR:26.0 FE:21.0.	Grillfűszeres sült csirkecomb csíkok (1) Petrezselymes burgonya Idénysaláta EN:456 SZH:59.7 SÓ:1.6 ZSÍR:10.8 FE:28.0.	Szilvalekváros gombóc (1,3,12) Porcukor EN:394 SZH:85.6 SÓ:0.5 ZSÍR:1.2 FE:8.8.
Ebéd B menü	Babfőzelék (1,7) Sült kolbász Ecetes lilahagyma EN:699 SZH:71.3 SÓ:2.3 ZSÍR:31.2 FE:32.0.	Morzsás karfiol (1) Petrezselymes rizs Sajtszósz (1,7) EN:608 SZH:104.8 SÓ:1.4 ZSÍR:12.6 FE:17.6.	Rántott sertésmáj (1,3) Majonézes kukoricasaláta (2,3,7) EN:734 SZH:72.8 SÓ:1.2 ZSÍR:35.1 FE:30.6.	Zöldborsós sertésragu (1) Párolt rizs EN:586 SZH:71.5 SÓ:0.8 ZSÍR:23.1 FE:22.1.	Sajtos pogácsa (1,3,7) EN:447 SZH:48.4 SÓ:0.9 ZSÍR:21.5 FE:14.3.

Iergének: 1 glutén,2 mustár,3 tojás,4 halak,5 földimogyoró,6 szója,7 tej,8 diófélék,9 zeller,10 rákfélék,11 szezámmag,12 kén-dioxid,13 csillagfűrt,14 puhatestűek,15 édesítőszer.
Beszerzéstől függően az étlap változhat. Élelmezésvezető

artalom jelölés magyarázata (EN:energia, kcal/adag;SZH:szénhidrát, g/adag; SÓ:sótartalom,g/adag;ZSÍR:zsírtartalom,g/adag,TZS:telített zsírsav g/adag,HCK:hozzáadott cukor)



ÉTLAP

2026.10.19-2026.10.23

43 hét.

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd leves	Reszelttészta leves (1,3,9) EN:163 SZH:21.3 SÓ:0.3 ZSÍR:6.3 FE:4.7.	Brokkolikrémleves (1,7) EN:129 SZH:9.1 SÓ:0.4 ZSÍR:3.5 FE:2.2.	Gyümölcsleves (1,7) EN:159 SZH:28.6 SÓ:0.1 ZSÍR:3.6 FE:2.2.	Frankfurti leves (1,2,6,7) EN:287 SZH:17.8 SÓ:0.8 ZSÍR:18.7 FE:11.4.	
Ebéd A menü	Zöldborsófőzelék (1,7) Sertéspörkölt EN:667 SZH:44.2 SÓ:1.1 ZSÍR:36.8 FE:38.5.	Betyár tokány (1,3,7) Petrezselymes burgonya EN:678 SZH:55.2 SÓ:1.2 ZSÍR:38.4 FE:25.9.	Chilis bab (1) EN:388 SZH:45.9 SÓ:0.3 ZSÍR:9.9 FE:28.2.	Grízes tészta (1,3) Lekvár (12) Porcukor EN:539 SZH:107.4 SÓ:0.5 ZSÍR:6.3 FE:12.3.	NEMZETI ÜNNEP
Ebéd B menü	Bolognai spagetti (1,3,7) Reszelt sajt (7) EN:590 SZH:54.1 SÓ:1.5 ZSÍR:28.2 FE:29.1.	Csirkepaprikás (1,7) Tészta köret (1) EN:628 SZH:67.0 SÓ:0.9 ZSÍR:24.2 FE:34.6.	Lecsós árpagyöngy (1) Pirított csirkemell csíkok EN:590 SZH:69.4 SÓ:0.5 ZSÍR:18.2 FE:36.1.	Sajtos - tejfölös tészta (1,3,7) EN:567 SZH:60.0 SÓ:0.9 ZSÍR:24.6 FE:25.3.	

Allergének: 1 glutén,2 mustár,3 tojás,4 halak,5 földimogyoró,6 szója,7 tej,8 diófélék,9 zeller,10 rákfélék,11 szezám,12 kén-dioxid,13 csillagfű,14 puhatestűek, 15 édesítőszer

Beszerzéstől függően az étlap változhat.

Élelmezésvezető

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata (EN:energia, kcal/adag;SZH:szénhidrát, g/adag; SÓ:sótartalom,g/adag;ZSÍR:zsírtartalom,g/adag,TZS:telített zsírsav g/adag,HCK:hozáadott cukor g/adag)



ÉTLAP

2026.10.26-2026.10.30

44 hét.

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd leves	Magyaros burgonyakrémleves (1,7,9) EN:191 SZH:29.6 SÓ:0.5 ZSÍR:5.7 FE:4.5.	Paradicsomleves (1,9) EN:166 SZH:24.5 SÓ:0.9 ZSÍR:5.6 FE:3.9.	Csontleves (1,3,9) EN:200 SZH:5.3 SÓ:0.8 ZSÍR:14.4 FE:11.7.	Fokhagymakrémleves (1,7) EN:134 SZH:9.9 SÓ:0.5 ZSÍR:9.3.	Zöldbabgulyás (1,3,9) EN:311 SZH:28.7 SÓ:0.5 ZSÍR:16.0 FE:12.1.
Ebéd menü	Szilvágombóc (1,3) Porcukor EN:730 SZH:143.0 SÓ:1.0 ZSÍR:9.5 FE:16.1.	Tepsis burgonya Savanyú uborka (2,12,15) EN:319 SZH:40.5 SÓ:2.9 ZSÍR:11.5 FE:11.8.	Sült csirkeszárny Petrezselymes rizs Párolt zöldborsó EN:682 SZH:105.8 SÓ:1.2 ZSÍR:12.9 FE:33.9.	Gyros Steak burgonya (2,9) Zöldsaláta Kapros öntet (7) EN:775 SZH:66.2 SÓ:1.5 ZSÍR:43.6 FE:26.2.	Grízes tészta (1,3) Lekvár (12) EN:459 SZH:87.4 SÓ:0.5 ZSÍR:6.3 FE:12.3.

Iergének: 1 glutén,2 mustár,3 tojás,4 halak,5 földimogyoró,6 szója,7 tej,8 diófélék,9 zeller,10 rákfélék,11 szezámmag,12 kén-dioxid,13 csillagfűrt,14 puhatestűek,15 édesítős

Beszerzéstől függően az étlap változhat.

Élelmezésvezető

artalom jelölés magyarázata (EN:energia, kcal/adag;SZH:szénhidrát, g/adag; SÓ:sótartalom,g/adag;ZSÍR:zsírtartalom,g/adag,TZS:telített zsírsav g/adag,HCK:hozzáadott cuk