



ÉTLAP

2025.09.01-2025.09.05

36 hét.

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd leves	Karfiolleves Allergén:glutén zeller EN:104 SZH:10.9 SÓ:0.7 ZSÍR:5.3 FE:2.7.	Rántott leves Levesgyöngy Allergén:glutén tej tojás EN:187 SZH:15.1 SÓ:0.3 ZSÍR:12.7 FE:2.7.	Csontleves Allergén:glutén tojás zeller EN:97 SZH:13.7 SÓ:0.7 ZSÍR:2.5 FE:4.4.	Fahéjas almaleves Allergén:glutén tej EN:130 SZH:21.1 ZSÍR:3.7 FE:2.1.	Hamis gulyásleves Allergén:glutén tojás zeller EN:346 SZH:24.2 SÓ:0.3 ZSÍR:20.9 FE:14.4.
Ebéd A menü	Spenótos - tejszínes tagletti Reszelt sajt Allergén:glutén tej EN:736 SZH:77.1 SÓ:1.4 ZSÍR:35.4 FE:32.9.	Rakott burgonya Uborkasaláta Allergén:glutén tej tojás EN:557 SZH:58.5 SÓ:1.3 ZSÍR:25.9 FE:20.7.	Zöldborsófőzelék Sült sertésapró Allergén:glutén tej EN:550 SZH:43.5 SÓ:0.5 ZSÍR:27.4 FE:31.1.	Tarhonyás sertéshús Savanyúság Allergén:glutén kén-dioxid tojás EN:542 SZH:40.1 SÓ:1.2 ZSÍR:30.3 FE:26.4.	Burgonyás tészta Káposztasaláta Allergén:glutén tojás EN:576 SZH:101.7 SÓ:1.4 ZSÍR:11.2 FE:15.1.
Ebéd B menü	Mákos tészta Porcukor Allergén:glutén tojás EN:678 SZH:109.2 SÓ:0.8 ZSÍR:18.6 FE:17.5.	Olasz zöldségragu Párolt rizs Uborkasaláta EN:674 SZH:113.5 SÓ:0.8 ZSÍR:10.2 FE:31.0.	Töltött paprika Főtt burgonya Allergén:glutén tojás zeller EN:797 SZH:112.0 SÓ:1.5 ZSÍR:25.3 FE:28.4.	Borsos tokány Szarvacska tészta Savanyúság Allergén:glutén kén-dioxid EN:664 SZH:63.0 SÓ:1.4 ZSÍR:33.3 FE:27.1.	Almás-túrós rakott tészta Fahéjas tejföl Allergén:glutén tej tojás EN:456 SZH:65.7 SÓ:0.4 ZSÍR:17.7 FE:6.8.

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)



ÉTLAP

2025.09.08-2025.09.12

37 hét.

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd leves	Húsgaluska leves Allergén:glutén tojás zeller EN:173 SZH:12.4 SÓ:0.8 ZSÍR:10.6 FE:6.6.	Fokhagymakrémleves Allergén:glutén tej EN:134 SZH:9.9 SÓ:0.5 ZSÍR:9.3.	Zöldségleves Allergén:glutén tojás zeller EN:109 SZH:12.3 SÓ:0.3 ZSÍR:5.4 FE:2.4.	Zelleres paradicsomleves Allergén:glutén zeller EN:166 SZH:24.5 SÓ:0.9 ZSÍR:5.6 FE:3.9.	Lencseleves Allergén:glutén tojás zeller EN:424 SZH:33.4 SÓ:0.3 ZSÍR:21.6 FE:23.3.
Ebéd A menü	Kapros káposztafőzelék Fűszeres pulykaragu Allergén:glutén tej zeller EN:660 SZH:69.0 SÓ:0.5 ZSÍR:31.3 FE:23.5.	Csirkemell párizsi bundában Rizi bizi Céklasaláta Allergén:glutén tojás EN:622 SZH:79.3 SÓ:1.6 ZSÍR:17.3 FE:35.8.	Bolognai spagetti Reszelt sajt Allergén:glutén tej tojás EN:632 SZH:63.2 SÓ:1.5 ZSÍR:28.2 FE:29.8.	Zöldfűszeres sült halszelet Félköret párolt rizs Párolt vegyes zöldség Allergén:halak tej EN:488 SZH:55.4 SÓ:1.7 ZSÍR:15.0 FE:31.8.	Szilvalekváros gombóc Fahéjas szórat Allergén:glutén kén-dioxid tojás EN:427 SZH:92.1 SÓ:0.5 ZSÍR:1.6 FE:9.2.
Ebéd B menü	Rizsfelfújt Csoki öntet Allergén:glutén tej tojás EN:711 SZH:128.4 SÓ:0.9 ZSÍR:12.3 FE:19.6.	Tepsis burgonya Céklasaláta EN:364 SZH:50.9 SÓ:1.5 ZSÍR:11.6 FE:12.5.	Gombapaprikás Tészta köret Allergén:glutén tej EN:597 SZH:81.9 SÓ:0.8 ZSÍR:20.8 FE:19.2.	Sült csirkecomb csíkok sajtmártásban Pirított kuskusz Allergén:glutén mustár tej EN:769 SZH:90.0 SÓ:2.1 ZSÍR:23.8 FE:45.7.	Aranygaluska (kakaós) Vaníliás öntet Allergén:glutén tej tojás EN:643 SZH:76.9 SÓ:0.3 ZSÍR:33.2 FE:20.6.

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)



ÉTLAP

2025.09.15-2025.09.19

38 hét.

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd leves	Grízgaluska leves Allergén:glutén tojás zeller EN:324 SZH:24.1 SÓ:0.8 ZSÍR:17.1 FE:16.3.	Kertészleves Allergén:glutén zeller EN:114 SZH:13.1 SÓ:0.2 ZSÍR:5.3 FE:3.1.	Csontleves Allergén:glutén tojás zeller EN:97 SZH:13.7 SÓ:0.7 ZSÍR:2.5 FE:4.4.	Csurgatott tojásleves Allergén:glutén tojás EN:130 SZH:6.8 SÓ:0.2 ZSÍR:9.5 FE:3.7.	Bableves Allergén:glutén tojás zeller EN:441 SZH:36.9 SÓ:0.7 ZSÍR:22.5 FE:21.8.
Ebéd A menü	Sonkás-gombás-paradicsomos ragu Bulgur Allergén:glutén szója tej EN:703 SZH:114.2 SÓ:1.0 ZSÍR:12.2 FE:26.1.	BBQ csirkeszárny, fokhagymás tejföllel Petrezselymes burgonya Allergén:glutén szója tej EN:595 SZH:54.2 SÓ:1.3 ZSÍR:30.6 FE:23.9.	Zúzapörkölt Tészta köret Uborkasaláta Allergén:glutén EN:599 SZH:73.8 SÓ:1.3 ZSÍR:21.4 FE:26.9.	Csirkepaprikás Csavart tészta Allergén:glutén tej tojás EN:605 SZH:64.1 SÓ:1.1 ZSÍR:23.1 FE:34.1.	Grízes tészta Porcukor Gyümölcslekvár Allergén:glutén kén-dioxid tojás EN:617 SZH:125.4 SÓ:0.5 ZSÍR:6.6 FE:12.8.
Ebéd B menü	Majorannás burgonyafőzelék Fasírozott Allergén:glutén tej tojás EN:621 SZH:76.9 SÓ:1.5 ZSÍR:24.0 FE:21.9.	Baromfipálcás lecsó Tarhonya Allergén:glutén mustár szója tojás EN:471 SZH:67.5 SÓ:1.4 ZSÍR:15.1 FE:15.5.	Főtt sertésszelet Meggymártás Pirított dara Allergén:glutén tej EN:635 SZH:87.9 SÓ:1.2 ZSÍR:17.7 FE:28.7.	Mustáros sertésszelet Zöldborsós burgonyapüré Házi vegyes savanyúság Allergén:glutén mustár tej EN:498 SZH:54.0 SÓ:1.1 ZSÍR:19.2 FE:25.9.	Paradicsomos-zöldséges spagetti Reszelt sajt Allergén:glutén tej tojás zeller EN:702 SZH:134.4 SÓ:1.5 ZSÍR:19.9 FE:15.7.

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)



ÉTLAP

2025.09.22-2025.09.26

39 hét.

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd leves	Sertésragu leves Allergén:glutén tojás zeller EN:244 SZH:7.3 SÓ:0.8 ZSÍR:18.3 FE:12.0.	Zöldségkrémleves Allergén:glutén tej EN:155 SZH:19.6 SÓ:0.5 ZSÍR:6.6 FE:3.6.	Hamis székelygulyás Allergén:glutén tojás zeller EN:360 SZH:24.2 SÓ:0.3 ZSÍR:20.2 FE:8.8.	Paradicsomleves Allergén:glutén zeller EN:166 SZH:24.5 SÓ:0.9 ZSÍR:5.6 FE:3.9.	Zöldbableves Allergén:glutén zeller EN:109 SZH:12.2 SÓ:0.2 ZSÍR:5.3 FE:2.8.
Ebéd A menü	Lekváros derelye Porcukor Allergén:glutén kén-dioxid tojás EN:616 SZH:117.8 SÓ:1.2 ZSÍR:8.9 FE:15.3.	Hentestokány Szarvacska tészta Allergén:glutén mustár EN:555 SZH:61.4 SÓ:0.7 ZSÍR:25.4 FE:19.2.	Lencsefőzelék Főtt tojás Allergén:glutén mustár tej tojás EN:608 SZH:64.3 SÓ:1.1 ZSÍR:23.2 FE:34.6.	Gyros Steak burgonya Vitaminsaláta Oregánós öntet Allergén:mustár tej zeller EN:792 SZH:65.5 SÓ:1.5 ZSÍR:45.8 FE:26.6.	Zöldséges-sajtos makaróni Reszelt sajt Allergén:glutén tej tojás EN:384 SZH:45.9 SÓ:2.7 ZSÍR:13.3 FE:19.3.
Ebéd B menü	Sült kolbász Tört burgonya Párolt káposzta Allergén:tej EN:730 SÓ:2.4 ZSÍR:35.3 FE:19.5 SZH:81.5.	Fokhagymás sült sertésmáj Petrezselymes rizs Ecetes paprika Allergén:glutén kén-dioxid mustár EN:550 SZH:84.4 SÓ:2.1 ZSÍR:11.3 FE:26.6.	Sült csirkecomb Fahéjas almamártás Pirított dara Allergén:glutén tej EN:727 SZH:101.1 SÓ:1.5 ZSÍR:21.1 FE:31.0.		Túrós tészta Porcukor Allergén:glutén tej tojás EN:628 SZH:89.5 SÓ:0.9 ZSÍR:18.0 FE:26.2.

Beszerezéstől függően az étlap változhat.

Élelmezésvezető

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata (EN:energia, kcal/adag;SZH:szénhidrát, g/adag; SÓ:sótartalom,g/adag;ZSÍR:zsírtartalom,g/adag)



ÉTLAP

2025.09.29-2025.10.03

40 hét.

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd leves	Karfiolos brokkolikrémleves Allergén:glutén tej EN:119 SZH:8.9 SÓ:0.4 ZSÍR:3.1 FE:2.7.	Bakonyi betyárleves Allergén:glutén tej tojás EN:459 SZH:14.0 SÓ:0.6 ZSÍR:35.0 FE:21.0.	Sertéshúsleves Allergén:glutén tojás zeller EN:200 SZH:5.3 SÓ:0.8 ZSÍR:14.4 FE:11.7.	Köményes rántott leves Pírtott kenyérkocka Allergén:glutén EN:118 SZH:15.1 SÓ:0.4 ZSÍR:5.2 FE:2.5.	Tejfölös bableves Allergén:glutén tej tojás EN:270 SZH:31.0 SÓ:1.0 ZSÍR:11.1 FE:11.1.
Ebéd A menü	Rizseshús Házi vegyes savanyúság EN:506 SZH:38.3 SÓ:0.6 ZSÍR:27.5 FE:22.8.	Kelbimbófőzelék Fasírozott Allergén:glutén tojás EN:832 SZH:111.3 SÓ:1.1 ZSÍR:29.8 FE:28.0.	Zöldfűszeres sült halszelet Franciasaláta Allergén:halak mustár tej tojás EN:794 SZH:46.2 SÓ:1.4 ZSÍR:53.1 FE:31.1.	Bolognai spagetti Reszelt sajt Allergén:glutén tej tojás EN:590 SZH:54.1 SÓ:1.5 ZSÍR:28.2 FE:29.1.	Grízes tészta Porcukor Lekvár Allergén:glutén kén-dioxid tojás EN:573 SZH:114.4 SÓ:0.5 ZSÍR:6.7 FE:12.7.
Ebéd B menü	Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonya Allergén:glutén tojás zeller EN:630 SZH:93.6 SÓ:1.5 ZSÍR:16.6 FE:24.8.	Sajtos - tejfölös tészta Allergén:glutén tej tojás EN:647 SZH:78.1 SÓ:0.9 ZSÍR:24.9 FE:25.9.	Főtt sertésszelet Fokhagymamártás Főtt burgonya Allergén:glutén tej EN:518 SZH:61.5 SÓ:1.3 ZSÍR:17.1 FE:27.7.	Rántott csirkecomb Zöldséges rizs Csalamádé Allergén:glutén kén-dioxid tojás EN:635 SZH:85.0 SÓ:2.5 ZSÍR:18.0 FE:32.0.	Aranygaluska (kakaós) Vaníliás öntet Allergén:glutén tej tojás EN:643 SZH:76.9 SÓ:0.3 ZSÍR:33.2 FE:20.6.

Beszerezéstől függően az étlap változhat.

Élelmezésvezető

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata (EN:energia, kcal/adag;SZH:szénhidrát, g/adag; SÓ:sótartalom,g/adag;ZSÍR:zsírtartalom,g/adag)