

Felnőtt
(19-69 év)

Hétfő
2026.01.26.

Kedd
2026.01.27.

Szerda
2026.01.28.

Csütörtök
2026.01.29.

Péntek
2026.01.30.

Ebéd

-Karlalábé leves kiskagyló tésztával (G, L, T, Z, O, M)
-Tejfölös babfőzelék (L, G)
-Kolbász
-Somlói fehér kenyér (G)

S:3,9, E:763,0, ZS:26,9, T:13,1, F:31,2, CH:91,8, C:4,3, Ca:144,0

S:3,9, E:763,0, ZS:26,9, T:13,1, F:31,2, CH:91,8, C:4,3, Ca:144,0

-Vegyes gyümölcsleves (L, O, G)
-Bácskai rizses hús (G, L, T, Z, O, M)
-Csemege uborka

S:2,3, E:871,0, ZS:29,2, T:19,1, F:33,0, CH:110,2, C:1,6, Ca:41,3

S:2,3, E:871,0, ZS:29,2, T:19,1, F:33,0, CH:110,2, C:1,6, Ca:41,3

-Húsleves cémmametélttel és főthússal (G, L, T, Z, O, M)
-Szilvás gombóc (G)
-Mandarin

S:2,4, E:1 033,0, ZS:13,8, T:4,3, F:24,4, CH:45,2, C:27,4, Ca:55,6

S:2,4, E:1 033,0, ZS:13,8, T:4,3, F:24,4, CH:45,2, C:27,4, Ca:55,6

-Zöldség leves kiskocka tésztával (G, L, T, Z, O, M)
-Székelykaposzia (L, G, T, Z, O, M)
-Somlói fehér kenyér (G)

S:3,6, E:624,0, ZS:22,9, T:11,5, F:34,4, CH:63,4, C:7,3, Ca:77,2

S:3,6, E:624,0, ZS:22,9, T:11,5, F:34,4, CH:63,4, C:7,3, Ca:77,2

-Zöldborsó leves (G, L, T, Z, O, M)
-Gombás sertésszelet (G, L, T, Z, O, M)
-Bulgur (G)

S:3,3, E:862,0, ZS:31,8, T:20,1, F:44,5, CH:102,1, C:4,2, Ca:34,5

S:3,3, E:862,0, ZS:31,8, T:20,1, F:44,5, CH:102,1, C:4,2, Ca:34,5

Összesen



Jó étvágyat kívánunk! Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!

felmagyarázat:

S: só (g)
E: energia (kcal)
ZS: zsír (g)
F: fehérje (g)
Ca: kalcium (mg)

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák
L: laktóz, tej, tejtermékek
T: tojás, fehérje
F: földmogyoró

Z: zeller
R: rákfélék
H: halak
O: szója

D: diófélék, mandula, pisztácia
M: mustár
S: szezámmag
K: szilvafűvek, kendermag

C: csillagfű

P: puhatestűek