

Felnőtt
(19-69 év)

Hétfő
2026.02.02.

Kedd
2026.02.03.

Szerda
2026.02.04.

Csütörtök
2026.02.05.

Péntek
2026.02.06.

Ebéd

-Tojásleves (T, G)
-Spenót (Paraj) főzelék (L, G)
-Aprópecsenye (G, L, T, Z, O, M)
-Tört burgonya

S:3,9, E:1 043,0, ZS:44,4, T:29,5,
F:44,7, CH:112,4, C:0,8, Ca:333,1

S:3,9, E:1 043,0, ZS:44,4, T:29,5,
F:44,7, CH:112,4, C:0,8, Ca:333,1

-Fokhagyma krémleves
zsemlekockával (G, L, T, Z, O, M)
-Bolognai spagetti (G, T, L, Z, O, M)

S:2,5, E:731,0, ZS:19,7, T:8,9, F:41,0,
CH:96,0, C:7,7, Ca:190,0

S:2,5, E:731,0, ZS:19,7, T:8,9, F:41,0,
CH:96,0, C:7,7, Ca:190,0

-Nyírségi gombóclevés (L, G, T, Z, O, M)
-Kelt kakaós csiga (G, L, T)
-Alma

S:2,2, E:1 255,0, ZS:40,0, T:15,2,
F:45,9, CH:162,2, C:32,5, Ca:115,9

S:2,2, E:1 255,0, ZS:40,0, T:15,2,
F:45,9, CH:162,2, C:32,5, Ca:115,9

-Tavaszi leves (G, L, T, Z, O, M)
-Paradicsomos húsgombóc (G, T)
-Somlói fehér kenyér (G)

S:4,1, E:828,0, ZS:30,6, T:21,4, F:32,8,
CH:98,8, C:4,1, Ca:29,2

S:4,1, E:828,0, ZS:30,6, T:21,4, F:32,8,
CH:98,8, C:4,1, Ca:29,2

-Csicszeriborsós zöldséglevés (G, L, T, Z, O, M)
-Sajtos, tejfőlés halfilé (H, L, T)
-Rizs -

S:3,3, E:712,0, ZS:23,0, T:16,9, F:33,6,
CH:89,3, C:7,0, Ca:206,1

S:3,3, E:712,0, ZS:23,0, T:16,9, F:33,6,
CH:89,3, C:7,0, Ca:206,1

Összesen

Jó étvágyat kívánunk! Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!

felmagyarázat:
S: só (g)
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: szezámog
K: szulfidok, kénhidrogén

C: csillagfűrt
P: puhatestűek

