



Heti étlap 2026.04.06. - 2026.04.12.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00486) Felnőtt (70 év felett)*	Reggeli	Citromos tea *, Zsemle - Császárszemle 70 gramm[1], Margarin (7), Kígyóuborka, Füstölt főtt tarja	Kakaó[7], Kalács [1,7,(3,5,8)], Margarin(7)	Gyümölcstea *, Félbarna kenyér[1], Kenőmájás (1,6,7,10)	Citromos tea *, Zsemle - Császárszemle 70 gramm[1], Túrókrém tejfölös [7], Zöldpaprika	Forralt tej *[7], Teljes kiőrlésű búzakenyér[1,(6)], Margarin(7), Méz	Citromos tea *, Teljes kiőrlésű búzakenyér[1,(6)], Disznósajt(1,6,7), Kígyóuborka	Citromos tea *, Teljes kiőrlésű búzakenyér[1,(6)], Debreceni(1,6,7), Torma
		Energia: 593.40 Kcal / 2,480.41 KJ	Energia: 861.98 Kcal / 3,603.08 KJ	Energia: 562.39 Kcal / 2,350.79 KJ	Energia: 450.09 Kcal / 1,881.38 KJ	Energia: 672.56 Kcal / 2,811.30 KJ	Energia: 674.61 Kcal / 2,819.87 KJ	Energia: 668.97 Kcal / 2,796.29 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		20.18 g 22.05 g 6.06 g	24.83 g 33.12 g 12.12 g	21.07 g 12.58 g 5.52 g	17.15 g 6.61 g 2.48 g	25.28 g 19.70 g 6.39 g	26.64 g 23.85 g 8.28 g	28.67 g 22.97 g 8.13 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		77.76 g 12.59 g 2.47 g	115.13 g 7.95 g 0.47 g	90.44 g 15.64 g 4.12 g	79.88 g 12.89 g 1.49 g	99.08 g 8.10 g 2.27 g	88.64 g 12.59 g 5.18 g	94.99 g 12.59 g 4.01 g
		1,(7)	1,7,(3),(5),(8)	1,(6),(7),(10)	1,7	1,7,(6)	1,(6),(7)	1,(6),(7)
	Tízórai	Tejszelet[1,3,7]	Gyümölcs - Mandarin *	Gyümölcs - Banán*	Nápolyi ostya*[1, (3,5,6,7,8,13)]	Háztartási keksz [1,12,(3,5,6,7,8)]	Gyümölcs - Alma *	Őszibarackbefőtt
		Energia: 131.91 Kcal / 551.38 KJ	Energia: 70.33 Kcal / 293.98 KJ	Energia: 104.97 Kcal / 438.77 KJ	Energia: 300.09 Kcal / 1,254.38 KJ	Energia: 124.31 Kcal / 519.62 KJ	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ	Energia: 131.71 Kcal / 550.55 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		3.07 g 8.02 g 3.34 g	1.05 g 0.45 g 0.00 g	1.30 g 0.10 g 0.00 g	3.93 g 17.01 g 5.87 g	2.94 g 2.04 g 0.59 g	0.60 g 0.60 g 0.00 g	0.75 g 0.00 g 0.00 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		11.70 g 11.46 g 0.13 g	14.70 g 0.00 g 0.00 g	24.20 g 0.00 g 0.06 g	32.47 g 16.13 g 0.14 g	23.40 g 5.55 g 0.29 g	10.50 g 0.00 g 0.02 g	31.80 g 31.80 g 0.01 g
		1,3,7			1,(3),(5),(6),(7),(8), (13)	1,12,(3),(5),(6),(7), (8)		
	Ebéd	Csontleves tésztával *[1,3,9], Rántott csirkemell * [1,3,7], Párolt rizs *	Vajasgaluska leves *[1,3,9, (6,7,12)], Magyaros Spagetti*[1,3, (6,7,10,11)], Reszelt sajt *[7]	Eresztett tojásleves *[1,3], Bácskai rizseshús *, Csemege uborka [10], Gyümölcs - Alma *	Burgonyaleves kolbásszal * [1,3,7,9,(6)], Főtt tojás *[3], Zöldborsófőzelék * [1,7,9], Teljes kiőrlésű búzakenyér[1,(6)]	Fokhagymakréml es *[1,7,9], Pírtott olajosmag levesb. *, Chilisbab VEGA* [1]	Húsleves tésztával *[1,3,9,(6,7,12)], Főtt sertéshús *, Kapormártás *[1,7], Pite, almás, Főtt burgonya 1/2 *	Karfiolleves magyaros gal. * [1,3,(6,7,12)], Csirkepaprikás * [1,7], Galuska köret*[1,3]
		Energia: 1,008.55 Kcal / 4,215.74 KJ	Energia: 816.00 Kcal / 3,410.88 KJ	Energia: 990.50 Kcal / 4,140.29 KJ	Energia: 837.97 Kcal / 3,502.71 KJ	Energia: 906.19 Kcal / 3,787.87 KJ	Energia: 954.29 Kcal / 3,988.93 KJ	Energia: 597.23 Kcal / 2,496.42 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv

