

36.  
hét



**HÉTFŐ**  
2025.09.01



**KEDD**  
2025.09.02



**SZERDA**  
2025.09.03



**CSÜTÖRTÖK**  
2025.09.04



**PÉNTEK**  
2025.09.05

TÍZÓRAI

**Tea** E:30 Zs/t:0/0 F:0 Sz/c:7,5/7,5 S:0  
**Gépsonka** E:47 Zs/t:2,1/0,7 F:6,8 Sz/c:0,1/0 S:0,2  
**Margarin** E:32 Zs/t:3,5/1 F:0,2 Sz/c:0/0 S:0,1  
**T.k.kenyér** (1) E:118 Zs/t:0,6/0 F:4,6 Sz/c:23,4/0,2 S:0,5

**Kakaó** (7) E:159 Zs/t:4,4/2,4 F:9,1 Sz/c:20,6/20,2 S:0,3  
**Vaj** (7) E:73 Zs/t:8/3,9 F:0 Sz/c:0,1/0,1 S:0  
**Kuglóf** (1,3,7) E:176 Zs/t:4,3/2,1 F:5 Sz/c:29/5,8 S:0

**Tea** E:30 Zs/t:0/0 F:0 Sz/c:7,5/7,5 S:0  
**Kenőmájás** E:79 Zs/t:6,9/3,2 F:4 Sz/c:0,1/0 S:0,7  
**T.k.kenyér** (1) E:118 Zs/t:0,6/0 F:4,6 Sz/c:23,4/0,2 S:0,5  
**Paradicsom** E:7 Zs/t:0,1/0 F:0,3 Sz/c:1,2/0,3 S:0

**Tej** (7) E:125 Zs/t:3,9/2,1 F:8,8 Sz/c:13,6/13,6 S:0,3  
**Erdei gyümölcsös t.k.párna** (1, 6) E:256 Zs/t:11,7/1,3 F:5,1 Sz/c:31,8/7,8 S:0

**Tea** E:30 Zs/t:0/0 F:0 Sz/c:7,5/7,5 S:0  
**Padlizsánkrém** (1,3,7,10) E:62 Zs/t:5,3/0,6 F:0,7 Sz/c:2,8/1 S:0,1  
**T.k.kenyér** (1) E:118 Zs/t:0,6/0 F:4,6 Sz/c:23,4/0,2 S:0,5

EBÉD B

**Sárgaborsógulyás** (1,9) E:313 Zs/t:10,8/3,6 F:16 Sz/c:37,1/2 S:0,4  
**Nudli fahéj szóráttal** (1,3) E:526 Zs/t:5,8/1,6 F:14,7 Sz/c:102,3/15,8 S:0,8

**Daragaluskaleves** (1,3,9) E:147 Zs/t:2,8/0,7 F:5,6 Sz/c:24,5/1,5 S:0,6  
**Fasírt** (1,3) E:289 Zs/t:20,1/5,9 F:13,2 Sz/c:13,4/0,9 S:0,9  
**Paradicsomos káposztafőzelék** (1,9) E:257 Zs/t:5,7/0,7 F:4,5 Sz/c:46/16,7 S:0,8

**Francia hagymakrémleves** (1,6,7) E:213 Zs/t:5,8/2,8 F:8,1 Sz/c:31,7/8 S:0,5,  
**pirított zsemlekočka** (1) E:30 Zs/t:0,1/0 F:1 Sz/c:6,3/0,4 S:0,2  
**Pulled pork** E:211 Zs/t:12,9/3,6 F:23,1 Sz/c:0,4/0 S:0,2  
**Pirított burgonya** E:251 Zs/t:5,4/0,6 F:5,5 Sz/c:44/1,8 S:0,4  
**Coleslaw saláta** (1, 3, 7, 10) E:108 Zs/t:5,4/0,9 F:1 Sz/c:13,6/7,3 S:0,4

**Tarhonyaleves** (1,3,12) E:207 Zs/t:6/1,7 F:5,7 Sz/c:31,9/2,2 S:0,8  
**Rakott brokkoli** (1, 7) E:389 Zs/t:24,1/7,7 F:19,8 Sz/c:22,5/3 S:0,8  
**Szilva** E:47 Zs/t:0/0 F:0,8 Sz/c:10,2/8,7 S:0

**Meggyleves** (1,7) E:268 Zs/t:7,6/4 F:10,9 Sz/c:37,6/27,6 S:0,4  
**Tonhalas paradicsomos penne sajttal** (1,3,4,7) E:513 Zs/t:17,4/4,9 F:28 Sz/c:60,6/8,9 S:2,2

UZSONNA

**Zöldfűszeres vajkrém** (7) E:38 Zs/t:4/1,9 F:0,3 Sz/c:0,2/0,2 S:0  
**kenyér** (1) E:131 Zs/t:0,4/0,1 F:5 Sz/c:26,8/1,9 S:0,7  
**Kígyóuborka** E:4 Zs/t:0/0 F:0,3 Sz/c:0,5/0,1 S:0

**Húskrém** E:54 Zs/t:2,5/0,7 F:7,4 Sz/c:0,3/0 S:0,1  
**Teljes kiőrlésű kenyér** (1) E:118 Zs/t:0,6/0 F:4,6 Sz/c:23,4/0,2 S:0,5  
**Sárgarépa** E:12 Zs/t:0,1/0 F:0,4 Sz/c:2,4/0,6 S:0,1

**Sajt** (7) E:112 Zs/t:8,4/5,4 F:8,3 Sz/c:0,5/0,5 S:0,7  
**Margarin** E:50 Zs/t:5,5/1,5 F:0 Sz/c:0/0 S:0,1  
**zsemle** (1) E:148 Zs/t:0,4/0,1 F:5,1 Sz/c:30,8/1,8 S:0,6

**Körözött** (7) E:57 Zs/t:2,9/1,5 F:5,3 Sz/c:2,5/2,3 S:0,1  
**Magvas kenyér** (1, 6) E:130 Zs/t:1,3/0,3 F:5 Sz/c:24,4/1,7 S:1

**Zala felvágott** E:74 Zs/t:6/2,2 F:4,7 Sz/c:0,2/0 S:0,8  
**Margarin** E:50 Zs/t:5,5/1,5 F:0 Sz/c:0/0 S:0,1  
**kenyér** (1) E:131 Zs/t:0,4/0,1 F:5 Sz/c:26,8/1,9 S:0,7  
**Kígyóuborka** E:4 Zs/t:0/0 F:0,3 Sz/c:0,5/0,1 S:0

Allergén összetevők zárójelben az étel mögött vannak feltüntetve. Valamennyi allergén nyomokban előfordulhat ételünkben.

1=gluténtartamú gabonafélék; 2=rákkfélek; 3=tojás; 4=hal; 5=földimogyoró; 6=szójabab; 7=tej (beleértve a laktózt is); 8=diófélék; 9=zeller; 10=mustár; 11=szezám; 12=kén-dioxid; 13=csillagfürt; 14=puhatestűek

37.  
hét



**HÉTFŐ**  
2025.09.08



**KEDD**  
2025.09.09



**SZERDA**  
2025.09.10



**CSÜTÖRTÖK**  
2025.09.11



**PÉNTEK**  
2025.09.12

TÍZÓRAI

**Tea** E:30 Zs/t:0/0 F:0 Sz/c:7,5/7,5 S:0  
**Sertéspárizsi** E:64 Zs/t:5,5/2,1 F:3,6 Sz/c:0,1/0 S:0,7  
**Margarin** E:50 Zs/t:5,5/1,5 F:0 Sz/c:0/0 S:0,1  
**Teljes kiőrlésű kenyér (1)**  
 E:118 Zs/t:0,6/0 F:4,6 Sz/c:23,4/0,2 S:0,5

**Kakaó (7)**  
 E:159 Zs/t:4,4/2,4 F:9,1 Sz/c:20,6/20,2 S:0,3  
**Fatörzs kifli (1, 3, 6, 7)**  
 E:173 Zs/t:2,7/0,5 F:4,8 Sz/c:32/3,9 S:0

**Tea** E:30 Zs/t:0/0 F:0 Sz/c:7,5/7,5 S:0  
**Turista felvágott** E:44 Zs/t:3,8/1,4 F:2,3 Sz/c:0/0 S:0,5  
**Margarin** E:50 Zs/t:5,5/1,5 F:0 Sz/c:0/0 S:0,1  
**Teljes kiőrlésű kenyér (1)**  
 E:118 Zs/t:0,6/0 F:4,6 Sz/c:23,4/0,2 S:0,5

**Tej (7)**  
 E:125 Zs/t:3,9/2,1 F:8,8 Sz/c:13,6/13,6 S:0,3  
**Kakaós csiga (1,3,6,7)**  
 E:304 Zs/t:4,5/1,6 F:9,2 Sz/c:56,4/18 S:0,3

**Tea** E:30 Zs/t:0/0 F:0 Sz/c:7,5/7,5 S:0  
**Olasz felvágott** E:55 Zs/t:4,4/1,7 F:3,1 Sz/c:0,7/0,2 S:0,6  
**Margarin** E:50 Zs/t:5,5/1,5 F:0 Sz/c:0/0 S:0,1  
**Teljes kiőrlésű kenyér (1)** E:118 Zs/t:0,6/0 F:4,6 Sz/c:23,4/0,2 S:0,5  
**Sárgarépa** E:12 Zs/t:0,1/0 F:0,4 Sz/c:2,4/0,6 S:0,1

EBÉD A

**Palócleves(1,3, 7, 9, 12)**  
 E:302 Zs/t:19,2/7,8 F:12,7 Sz/c:18,9/5 S:0,6  
**Darás metélt baracköntettel (1,3)**  
 E:467 Zs/t:4,7/0,8 F:14,3 Sz/c:91,2/20 S:1

**Zellerkrémleves (1,7,9)**  
 E:159 Zs/t:5,9/3,1 F:7,8 Sz/c:18,2/10,5 S:0,8  
**pirított napraforgómag** E:117 Zs/t:9,8/1 F:4,5 Sz/c:2,5/0,5 S:0  
**Mexikói bab** E:453 Zs/t:14,4/4,6 F:27,1 Sz/c:53,2/5,7 S:0,3  
**Szőlő**  
 E:73 Zs/t:0,3/0 F:0,5 Sz/c:16,3/13,8 S:0

**Szilvaleves (1,7)**  
 E:180 Zs/t:1,7/0,9 F:5,5 Sz/c:34,5/25,1 S:0,1  
**Brassói** E:494 Zs/t:24,6/7,4 F:19,9 Sz/c:46,9/2 S:0,6  
**Friss saláta** E:59 Zs/t:0,1/0 F:0,8 Sz/c:13,4/7,1 S:0,4

**Sajtgaluskafeles (1,3,7,9)**  
 E:176 Zs/t:8,8/4,3 F:10,7 Sz/c:13/1,4 S:0,6  
**Sertéspörkölt (1)**  
 E:162 Zs/t:8,6/2,6 F:17,5 Sz/c:3,4/1,5 S:0,6  
**Sárgaborsó főzelék (1)**  
 E:279 Zs/t:3,2/0,5 F:16,6 Sz/c:45,6/1,8 S:0,4

**Zöldborsóleves (1,3,9)**  
 E:139 Zs/t:1,8/0,2 F:6,9 Sz/c:23,4/3,8 S:0,5  
**Bácskai rizseshús**  
 E:507 Zs/t:21,5/7,1 F:20,3 Sz/c:57,6/1,8 S:0,8  
**Savanyúság (10, 12)**  
 E:23 Zs/t:0,1/0 F:0,7 Sz/c:4,7/4,6 S:1,5

UZSONNA

**Magyaros vajkrém (7)**  
 E:38 Zs/t:4/1,9 F:0,3 Sz/c:0,2/0,2 S:0  
**Magvas kenyér (1)**  
 E:130 Zs/t:1,3/0,3 F:5 Sz/c:24,4/1,7 S:1  
**Zöldpaprika**  
 E:6 Zs/t:0,1/0 F:0,4 Sz/c:0,9/0,2 S:0

**Szívárványsaláta (1, 3, 7)**  
 E:178 Zs/t:5,6/0 F:4,6 Sz/c:30,4/0,2 S:0,5

**Görög sajtpástétom (7)**  
 E:69 Zs/t:5,2/2,9 F:3,1 Sz/c:2,4/1,7 S:0,5  
**Kenyér (1)**  
 E:131 Zs/t:0,4/0,1 F:5 Sz/c:26,8/1,9 S:0,7  
**Jégsaláta**  
 E:8 Zs/t:0/0 F:0,6 Sz/c:0,9/0,6 S:0

**Sült paprikás csircesriborsókrém (1,7,10)**  
 E:125 Zs/t:2,7/0,8 F:7,7 Sz/c:17,3/2,5 S:0,1  
**T.k. kenyér (1)**  
 E:118 Zs/t:0,6/0 F:4,6 Sz/c:23,4/0,2 S:0,5  
**Kígyóborka**  
 E:4 Zs/t:0/0 F:0,3 Sz/c:0,5/0,1 S:0

**kockasajt (7)**  
 E:47 Zs/t:2,7/1,5 F:4 Sz/c:1,5/1,3 S:0,2  
**Kifli (1)**  
 E:120 Zs/t:0,3/0,1 F:4,1 Sz/c:25,1/1,5 S:0,5

Allergén összetevők zárójelben az étel mögött vannak feltüntetve. Valamennyi allergén nyomokban előfordulhat ételeinkben.

1=gluténtartamú gabonafélék; 2=rákkfélek; 3=tojás; 4=hal; 5=földimogyoró; 6=szójabab; 7=tej (beleértve a laktózt is); 8=diófélék; 9=zeller; 10=mustár; 11=szezám; 12=kén-dioxid; 13=csillagfürt; 14=puhatestűek

Az ételváltoztatás jogát fenntartjuk.

38.  
hét



**HÉTFŐ**

2025.09.15



**KEDD**

2025.09.16



**SZERDA**

2025.09.17



**CSÜTÖRTÖK**

2025.09.18



**PÉNTEK**

2025.09.19

**TÍZÓRAI**

**Tea** E:30 Zs/t:0/0 F:0 Sz/c:7,5/7,5 S:0  
**Párizsi** E:47 Zs/t:2,1/0,7 F:6,8 Sz/c:0,1/0 S:0,3  
**Margarin** E:50 Zs/t:5,5/1,5 F:0 Sz/c:0/0 S:0,1  
**Teljes kiőrlésű kenyér (1)**  
 E:118 Zs/t:0,6/0 F:4,6 Sz/c:23,4/0,2 S:0,5

**Kakaó (7)**  
 E:159 Zs/t:4,4/2,4 F:9,1 Sz/c:20,6/20,2 S:0,3  
**Briós (1,3)**  
 E:252 Zs/t:4,1/0,7 F:7,5 Sz/c:45,9/5,5 S:0

**Tea** E:30 Zs/t:0/0 F:0 Sz/c:7,5/7,5 S:0  
**Tojáskrém(1,3,7,10)**  
 E:167 Zs/t:10,5/3,8 F:9,5 Sz/c:8,6/4,7 S:0,3  
**Teljes kiőrlésű, kenyér (1)**  
 E:118 Zs/t:0,6/0 F:4,6 Sz/c:23,4/0,2 S:0,5  
**Zöldpaprika** E:6Zs/t:0/0F:0,4Sz/c:1/0S:0

**Tea** E:30 Zs/t:0/0 F:0 Sz/c:7,5/7,5 S:0  
**Virsli** E:84 Zs/t:6,2/1,6 F:5,9 Sz/c:1,1/0 S:0,7  
**Teljes kiőrlésű kenyér (1)**  
 E:118 Zs/t:0,6/0 F:4,6 Sz/c:23,4/0,2 S:0,5  
**Ketchup** E:22 Zs/t:0,1/0 F:0,4 Sz/c:4,8/4,8 S:0,4

**Tea** E:30 Zs/t:0/0 F:0 Sz/c:7,5/7,5 S:0  
**Póréhagymás túrókrém(7)**  
 E:68 Zs/t:3,3/1,8 F:6,2 Sz/c:3,2/2,7 S:0,1  
**Teljes kiőrlésű kenyér (1)**  
 E:118 Zs/t:0,6/0 F:4,6 Sz/c:23,4/0,2 S:0,5  
**Kígyóborka** E:4 Zs/t:0/0 F:0,3 Sz/c:0,5/0,1 S:0

**EBÉD B**

**Jókai bableves (1,9)**  
 E:303 Zs/t:10,2/3,5 F:16,6 Sz/c:35,5/2,3 S:0,6  
**Kókuszos tejberizs kakaó szóráttal (1,7)**  
 E:486 Zs/t:17,1/13,1 F:13,9 Sz/c:68,7/29,5 S:0,5

**Lebbencsleves (1,3,12)**E:153 Zs/t:0,9/0,1 F:5,2 Sz/c:30,6/2,1 S:0,6  
**Rakott karfiol (1, 7)**  
 E:400 Zs/t:24,5/7,8 F:18 Sz/c:26,1/3,9 S:0,8  
**Alma** E:35 Zs/t:0,4/0 F:0,4 Sz/c:7/6 S:0

**Fokhagymakrémleves (1,7)**E:234 Zs/t:7,9/4 F:12,2 Sz/c:28,2/17 S:0,4  
**zsemlekočka (1)** E:25 Zs/t:0,1/0 F:0,8 Sz/c:5,1/0,3 S:0,1  
**Paprikás burgonya (12)** E:249 Zs/t:8,7/1,7 F:8,6 Sz/c:33,3/1,9 S:0,7  
**Káposztasaláta** E:55 Zs/t:0,2/0 F:0,9 Sz/c:12/4,1 S:0,1

**Paradicsomleves** E:205 Zs/t:5/0,6 F:5,2 Sz/c:34,5/18,3 S:1,1  
**Főtt tojás(3)**  
 E:66 Zs/t:4,8/1,2 F:5,4 Sz/c:0,2/0,2 S:0,1  
**Sóskafézelék (1,7)**  
 E:202 Zs/t:9,3/2,5 F:6,7 Sz/c:20,9/8,4 S:0,6  
**1/2 főtt burgonya (12)**  
 E:94 Zs/t:0,2/0 F:2,5 Sz/c:20/0,8 S:0,1  
**Szőlő** E:81 Zs/t:0,3/0 F:0,6 Sz/c:18,1/15,4 S:0

**Erdei gyümölcsleves (1,7)**  
 E:192 Zs/t:3,5/1,7 F:8 Sz/c:31,3/26,5 S:0,3  
**Csirkés sajtos tészta (1,3,7)**  
 E:542 Zs/t:18,1/4,6 F:34,9 Sz/c:57,8/0,4 S:1,7

**ÜZSONNA**

**Sajtkrém(7)**E:95Zs/t:10/6F:1,4Sz/c:0,5/0,5S:0,3  
**Magvas kenyér (1)** E:130 Zs/t:1,3/0,3 F:5 Sz/c:24,4/1,7 S:1  
**Kígyóborka**E:4Zs/t:0/0F:0,5Sz/c:0,5/0,1S:0

**Kenőmájás** E:79Zs/t:7/3 F:4 Sz/c:0,1/0 S:0,7  
**Teljes kiőrlésű kenyér (1)**  
 E:118 Zs/t:0,6/0 F:4,6 Sz/c:23,4/0,2 S:0,5  
**Lilahagyma** E:6 Zs/t:0/0F:0,2Sz/c:1,2/0,3S:0

**Pogácsa (1,3,7)**  
 E:317 Zs/t:11,7/5,1 F:12,1 Sz/c:40,5/2,5 S:1,2

**Házi gyümölcsjoghurt (7)**E:165 Zs/t:0,6/0,2 F:7,4 Sz/c:30,8/29,5 S:0,6  
**kifli (1)**E:120 Zs/t:0,3/0,1 F:4,1 Sz/c:25,1/1,5 S:0,5

**Sajtkrémes rúd (1,3,6,7)**  
 E:257 Zs/t:14,3/5,2 F:8,5 Sz/c:23,2/0,4 S:1

Allergén összetevők zárójelben az étel mögött vannak feltüntetve. Valamennyi allergén nyomokban előfordulhat ételünkben.

1=glutént tartalmazó gabonafélék; 2=rákfélék; 3=tojás; 4=hal; 5=földimogyoró; 6=szójabab; 7=tej (beleértve a laktózt is); 8=diófélék; 9=zeller; 10=mustár; 11=szezám; 12=kén-dioxid; 13=csillagfűrt; 14=puhatestűek

Az ételapályoztatás jogát fenntartjuk.

39.  
hét



2025.09.22



2025.09.23



2025.09.24



2025.09.25



2025.09.26

TÍZÓRAI

**Tea** E:30 Zs/t:0/0 F:0 Sz/c:7,5/7,5 S:0  
**Fokhagymás felvágott** E:47 Zs/t:2,1/0,7 F:6,8 Sz/c:0,1/0 S:0,3  
**Margarin** E:22 Zs/t:2,5/0,7 F:0 Sz/c:0/0 S:0,1  
**Teljes kiőrlésű kenyér (1)**  
 E:118 Zs/t:0,6/0 F:4,6 Sz/c:23,4/0,2 S:0,5

**Kakaó (7)**  
 E:159 Zs/t:4,4/2,4 F:9,1 Sz/c:20,6/20,2 S:0,3  
**Vaj (7)**  
 E:73 Zs/t:8/3,9 F:0 Sz/c:0,1/0,1 S:0  
**Kalács (1,3,7)**  
 E:202 Zs/t:5,3/2,2 F:5,9 Sz/c:32,4/3,8 S:0,5

**Tea** E:30 Zs/t:0/0 F:0 Sz/c:7,5/7,5 S:0  
**Vaníliás túrókrém (7)**  
 E:83 Zs/t:2,5/1,3 F:5,2 Sz/c:9,7/7,6 S:0  
**Kenyér** E:131 Zs/t:0,4/0,1 F:5 Sz/c:26,8/1,9 S:0,7

**Tea** E:30 Zs/t:0/0 F:0 Sz/c:7,5/7,5 S:0  
**Padlizsánkrém (1,3,7,10)**  
 E:175 Zs/t:14,9/2 F:2,2 Sz/c:7,7/2,1 S:0,1  
**Teljes kiőrlésű kenyér (1)**  
 E:118 Zs/t:0,6/0 F:4,6 Sz/c:23,4/0,2 S:0,5  
**Kígyóuborka**  
 E:4 Zs/t:0/0 F:0,3 Sz/c:0,5/0,1 S:0

**Tea** E:30 Zs/t:0/0 F:0 Sz/c:7,5/7,5 S:0  
**Zöldséges túrókrém (7)**  
 E:74 Zs/t:4,1/2,3 F:6,5 Sz/c:2,8/2,6 S:0,2  
**Teljes kiőrlésű kenyér (1)**  
 E:118 Zs/t:0,6/0 F:4,6 Sz/c:23,4/0,2 S:0,5  
**Sárgarépa**  
 E:12 Zs/t:0,1/0 F:0,4 Sz/c:2,4/0,6 S:0,1

EBÉD A

**Gulyásleves (1,3,9)**  
 E:285 Zs/t:12,5/4,1 F:12,9 Sz/c:29,5/2 S:0,7  
**Káposztás kocka (1,3)**  
 E:380 Zs/t:3,6/0,6 F:11,9 Sz/c:74,2/8,8 S:1,1

**Tojásleves (1,3)** E:109 Zs/t:5,2/1,1 F:5,1 Sz/c:10,5/0,4 S:0,5  
**Sült virsli** E:126 Zs/t:9,3/2,4 F:8,8 Sz/c:1,6/0 S:1,1  
**Lencsefőzelék (1,7,10)**  
 E:393 Zs/t:9,3/4 F:21,9 Sz/c:55/7,4 S:0,5  
**Alma** E:35 Zs/t:0,4/0 F:0,4 Sz/c:7/6 S:0

**Brokkoli krémleves (1,7)** E:176 Zs/t:5/2 F:10,3 Sz/c:22,2/9,5 S:0,3  
**zs.k. (1)** E:25 Zs/t:0,1/0 F:0,8 Sz/c:5,1/0,3 S:0,1  
**Rakott burgonya (3,7,12)** E:479 Zs/t:23,2/8 F:16,8 Sz/c:49,3/4,9 S:1,5  
**Savanyúság (10,12)**  
 E:7 Zs/t:0,1/0 F:0,3 Sz/c:1,3/0,9 S:1,2

**Erőleves zöldséggel (1,3,9)**  
 E:107 Zs/t:2,2/0,3 F:4,8 Sz/c:16,9/1,1 S:0,6  
**Főtt tojás (3)**  
 E:66 Zs/t:4,8/1,2 F:5,4 Sz/c:0,2/0,2 S:0,1  
**Zöldborsófőzelék (1,7)**  
 E:350 Zs/t:8,4/2 F:20,3 Sz/c:47,6/18,8 S:0,6

**Vaníliás almakrémleves (1,7)** E:228 Zs/t:6,8/3,6 F:8,9 Sz/c:32,1/22,5 S:0,3  
**Rántott szelet (1,3)** E:291 Zs/t:13,8/3,3 F:20,9 Sz/c:20,4/0,7 S:1  
**Petrezselymes rizs** E:253 Zs/t:1,2/0,2 F:5,7 Sz/c:54,5/0,1 S:0,4  
**Friss saláta** E:65 Zs/t:0,2/0 F:0,9 Sz/c:14,5/6,6 S:0,1

UZSONNA

**Sajt** E:112 Zs/t:8/5 F:8 Sz/c:0,5/0,5 S:0,7  
**Margarin** E:50 Zs/t:6/2 F:0 Sz/c:0/0 S:0,1  
**Magvas kenyér (1)** E:130 Zs/t:1,3/0,3 F:5 Sz/c:24,4/1,7 S:1  
**Kígyóuborka** E:4 Zs/t:0/0 F:0,3 Sz/c:0,5/0,1 S:0

**Tonhalkrém (1,4,7,10)**  
 E:132 Zs/t:7,8/2,3 F:9,4 Sz/c:5,7/1,8 S:0,2  
**Teljes kiőrlésű kenyér (1)**  
 E:118 Zs/t:0,6/0 F:4,6 Sz/c:23,4/0,2 S:0,5  
**Paradicsom** E:7 Zs/t:0,1/0 F:0,3 Sz/c:1,2/0,3 S:0

**Majonézes almás céklasaláta (1, 3, 7, 10)**  
 E:201 Zs/t:19,8/4,5 F:7,1 Sz/c:10/1 S:0  
**Teljes kiőrlésű kenyér (1)**  
 E:118 Zs/t:0,6/0 F:4,6 Sz/c:23,4/0,2 S:0,5

**Sajtos rúd (1,3,6,7)**  
 E:257 Zs/t:14,3/5,2 F:8,5 Sz/c:23,2/0,4 S:0,5

**Kefir (7)**  
 E:129 Zs/t:7,2/3,9 F:6,8 Sz/c:9,2/9,2 S:0,6  
**Kifli (1)**  
 E:120 Zs/t:0,3/0,1 F:4,1 Sz/c:25,1/1,5 S:0,5

Allergén összetevők zárójelben az étel mögött vannak feltüntetve. Valamennyi allergén nyomokban előfordulhat ételeinkben. Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk.  
 1=glutént tartalmazó gabonafélék; 2=rákkfélék; 3=tojás; 4=hal; 5=földimogyoró; 6=szójabab; 7=tej (beleértve a laktózt is); 8=diófélék; 9=zeller; 10=mustár; 11=szezám; 12=kén-dioxid; 13=cillagfűt; 14=puhatestűek



40. hét	 <b>HÉTFŐ</b> 2025.09.29	 <b>KEDD</b> 2025.09.30	 <b>SZERDA</b> 2025.10.01	 <b>CSÜTÖRTÖK</b> 2025.10.02	 <b>PÉNTEK</b> 2025.10.03
TÍZÓRAI	<b>Tea</b> E:30 Zs/t:0/0 F:0 Sz/c:7,5/7,5 S:0 <b>Kenőmájás</b> E:79 Zs/t:6,9/3,2 F:4 Sz/c:0,1/0 S:0,7 <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1)</b> E:118 Zs/t:0,6/0 F:4,6 Sz/c:23,4/0,2 S:0,5	<b>Tej (7)</b> E:125 Zs/t:3,9/2,1 F:8,8 Sz/c:13,6/13,6 S:0,3 <b>Barackos háromszög (1,3,6,7)</b> E:200 Zs/t:11,1/1,4 F:3,4 Sz/c:21,1/1,8 S:0	<b>Tea</b> E:30 Zs/t:0/0 F:0 Sz/c:7,5/7,5 S:0 <b>Főtt tojáskarika(3)</b> E:66 Zs/t:4,8/1,2 F:5,4 Sz/c:0,2/0,2 S:0,1 <b>Margarin</b> E:50 Zs/t:5,5/1,5 F:0 Sz/c:0/0 S:0,1 <b>Telj. kiörl. kenyér (1)</b> E:118 Zs/t:0,6/0 F:4,6 Sz/c:23,4/0,2 S:0,5 <b>Sárgarépa</b> E:12Zs/t:0/0F:0,4Sz/c:2,4/0,6 S:0,1	<b>Kakaó(7)</b> E:159 Zs/t:4,4/2,4 F:9,1 Sz/c:20,6/20,2 S:0,3 <b>Vaj (7)</b> E:73 Zs/t:8/3,9 F:0 Sz/c:0,1/0,1 S:0 <b>Kuglóf (1,3,7)</b> E:176 Zs/t:4,3/2,1 F:5 Sz/c:29/5,8 S:0	<b>Tea</b> E:30 Zs/t:0/0 F:0 Sz/c:7,5/7,5 S:0 <b>Füstölt sajtkrém (7)</b> E:101 Zs/t:9/5,3 F:4,1 Sz/c:0,7/0,7 S:0,4 <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1)</b> E:118 Zs/t:0,6/0 F:4,6 Sz/c:23,4/0,2 S:0,5 <b>Paradicsom</b> E:7 Zs/t:0,1/0 F:0,3 Sz/c:1,2/0,3 S:0
EBÉD A	<b>Lencsegulyás(1,7,10)</b> E:360 Zs/t:12,4/5,2 F:22,1 Sz/c:39,4/7,6 S:0,7 <b>Zabkása kakaó szóráttal (1,7)</b> E:390 Zs/t:8,2/3,4 F:16,6 Sz/c:61,9/29,8 S:0,6	<b>Májgaluskaleves (1,3,9)</b> E:201 Zs/t:4/1,1 F:14,9 Sz/c:25,8/2 S:0,8 <b>Sertéspörkölt</b> E:291 Zs/t:24,2/7,4 F:14,7 Sz/c:3,3/1,5 S:0,5 <b>Burgonyafőzelék (1,7,12)</b> E:265 Zs/t:3,8/2 F:7,1 Sz/c:49,4/3 S:0,5 <b>Szőlő</b> E:65 Zs/t:0,2/0 F:0,5 Sz/c:14,5/12,3 S:0	<b>Vegyes gyümölcsleves (1,7)</b> E:309 Zs/t:6,7/3,6 F:9 Sz/c:52,5/37,6 S:0,3 <b>Pásztortarhonya (1,3)</b> E:276 Zs/t:4,4/0,6 F:9,2 Sz/c:49,5/0,9 S:0,7 <b>Céklasaláta (10, 12)</b> E:32 Zs/t:0,1/0 F:0,7 Sz/c:7/6,9 S:0,6	<b>Csontleves (1,3,9)</b> E:42 Zs/t:1,6/0,2 F:2,3 Sz/c:4,5/1,1 S:0,5 <b>Sertéssült (1,7)</b> E:220 Zs/t:4,1/1,9 F:3,5 Sz/c:40,3/27,7 S:0,1 <b>Meggy mártás (1,7)</b> E:220 Zs/t:4,1/1,9 F:3,5 Sz/c:40,3/27,7 S:0,1 <b>Pírtott dara (1)</b> E:240 Zs/t:2,6/0,6 F:6,1 Sz/c:47,7/0,8 S:0,4	<b>Karfiolkrémleves (1,7)</b> E:139 Zs/t:2,8/1,4 F:8,7 Sz/c:19,4/9,1 S:0,4 <b>zs.k. (1)</b> E:30 Zs/t:0,1/0 F:1 Sz/c:6,3/0,4 S:0,2 <b>Csikós tokány (1,7)</b> E:372 Zs/t:27,3/10,2 F:17,3 Sz/c:13,7/1,9 S:0,4 <b>Párolt rizs</b> E:253 Zs/t:1,2/0,2 F:5,6 Sz/c:54,6/0,2 S:0,4
UZSONNA	<b>Zala felvágott</b> E:74 Zs/t:6/2,2 F:4,7 Sz/c:0,2/0 S:0,8 <b>Margarin</b> E:50Zs/t:6/2 F:0 Sz/c:0/0 S:0,1 <b>Magvas kenyér (1)</b> E:130 Zs/t:1,3/0,3 F:5 Sz/c:24,4/1,7 S:1 <b>Zöldpaprika</b> E:6Zs/t:0/0F:0,4Sz/c:1/0,2 S:0	<b>Franciasaláta (1, 3, 7, 10)</b> E:201 Zs/t:19,8/4,5 F:7,1 Sz/c:10/1 S:0 <b>Korpovit keksz (1)</b> E:51 Zs/t:3,6/0 F:4,6 Sz/c:7,4/0,2 S:0,5	<b>Szárnyas húskrém (1, 7, 10)</b> E:70 Zs/t:3,2/0,8 F:9,9 Sz/c:0,4/0,1 S:0,1 <b>Kenyér (1)</b> E:131 Zs/t:0,4/0,1 F:5 Sz/c:26,8/1,9 S:0,7	<b>Olasz felvágott</b> E:47 Zs/t:2,1/0,7 F:6,8 Sz/c:0,1/0 S:0,3 <b>Margarin</b> E:50Zs/t:6/2 F:0 Sz/c:0/0 S:0,1 <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1)</b> E:118 Zs/t:0,6/0 F:4,6 Sz/c:23,4/0,2 S:0,5 <b>Póréhagyma</b> E:4 Zs/t:0/0 F:0,2 Sz/c:0,6/0,2 S:0	<b>Gesztenyés párna (1, 3, 6, 7)</b> E:234 Zs/t:11,3/1,4 F:3,8 Sz/c:29/7,4 S:0

Allergén összetevők zárójelben az étel mögött vannak feltüntetve. Valamennyi allergén nyomokban előfordulhat ételeinkben.

1=gluténtartamú gabonafélék; 2=rákfélék; 3=tojás; 4=hal; 5=földimogyoró; 6=szójabab; 7=tej (beleértve a laktózt is); 8=diófélék; 9=zeller; 10=mustár; 11=szezám; 12=kén-dioxid; 13=csillagfűrt; 14=puhatestűek

Az ételváltoztatás jogát fenntartjuk.