

Étlap

2024. január 29. - 2024. február 4.

Idősek

05. hét	Idős normál	Natív cukormentes	Epekímélő	Gluténmentes, epés
2024.01.29 Hétfő	Tejfölös karfiolleves ^(1,3,7) Csirkepörkölt Tészta köret ⁽¹⁾ Cékla saláta	Csontleves Levesbetét ⁽¹⁾ Hagymás tört burgonya Natúr sertésborda Vitamin saláta	Csontleves Levesbetét ⁽¹⁾ Natúr sertésborda Tört burgonya Őszibarack befőtt	Csontleves Levesbetét GM Natúr sertésborda Tört burgonya Őszibarack befőtt
	E: 1 065kcal, zsír: 30,2g, tel.zsír: 5,2g, feh.: 55,5g, CH: 140,2g, Cuk: 0g, Só: 2,4g, Ca: 534,5mg	E: 704kcal, zsír: 28,1g, tel.zsír: 2,2g, feh.: 32,8g, CH: 77,9g, Cuk: 0g, Só: 1,5g, Ca: 135,9mg	E: 757kcal, zsír: 27,9g, tel.zsír: 2,2g, feh.: 31,8g, CH: 92,4g, Cuk: 14g, Só: 1,5g, Ca: 90,3mg	E: 753kcal, zsír: 28,1g, tel.zsír: 2,3g, feh.: 30,9g, CH: 92g, Cuk: 14g, Só: 1,6g, Ca: 90,2mg
2024.01.30 Kedd	Jókai bableves ^(1,7,9) Rántott sajt ^(1,3,7) Vega bulgur ⁽¹⁾ Tartármártás ^(3,7,10)	Csirkebecsinált leves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Tejbendara ^(1,7) Fahéj szórás Gyümölcs	Csirkebecsinált leves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Tejbendara ^(1,7) Fahéj szórás Gyümölcs	Csirkebecsinált leves ⁽⁹⁾ Levesbetét GM Tejbendara kukoricadarával ⁽⁷⁾ Fahéj szórás Gyümölcs
	E: 1 512kcal, zsír: 78g, tel.zsír: 27,1g, feh.: 65,7g, CH: 141g, Cuk: 3,4g, Só: 5g, Ca: 840,4mg	E: 664kcal, zsír: 15,1g, tel.zsír: 3,6g, feh.: 40g, CH: 90,7g, Cuk: 0g, Só: 1,3g, Ca: 456,7mg	E: 832kcal, zsír: 16,8g, tel.zsír: 3,6g, feh.: 38,2g, CH: 130,5g, Cuk: 45g, Só: 1,4g, Ca: 405mg	E: 832kcal, zsír: 18,2g, tel.zsír: 3,8g, feh.: 37,5g, CH: 128,1g, Cuk: 45g, Só: 1,5g, Ca: 406,7mg
2024.01.31 Szerda	Zöldbableves (magyaros) ^(1,3) Bolognai spagetti(sertés) ⁽¹⁾ Reszelt sajt ⁽⁷⁾	Zöldbableves (magyaros) ^(1,3) Bolognai spagetti(sertés) ⁽¹⁾ Reszelt sajt ⁽⁷⁾	Zöldbableves püre Bolognai spagetti(sertés)paradicsommentes ⁽¹⁾ Reszelt sajt ⁽⁷⁾	Zöldbableves püre Bolognai spagetti par.mentes Gm Reszelt sajt ⁽⁷⁾
	E: 950kcal, zsír: 33,3g, tel.zsír: 4,2g, feh.: 39,7g, CH: 119,4g, Cuk: 12g, Só: 1g, Ca: 275,8mg	E: 905kcal, zsír: 33,6g, tel.zsír: 4,4g, feh.: 40g, CH: 107,4g, Cuk: 0g, Só: 1,4g, Ca: 283,8mg	E: 794kcal, zsír: 35,9g, tel.zsír: 4,9g, feh.: 34,1g, CH: 80,8g, Cuk: 0g, Só: 2g, Ca: 266,5mg	E: 813kcal, zsír: 36,4g, tel.zsír: 5,2g, feh.: 28,9g, CH: 88,9g, Cuk: 0g, Só: 2,1g, Ca: 269,1mg
2024.02.01 Csütörtök	Zöldborsóleves ^(1,3) Levesbetét ⁽¹⁾ Rántott tengeri halfilé sütőben sütvve ^(1,3,4) Bulgur ⁽¹⁾ Káposzta saláta	Zöldborsóleves Levesbetét ⁽¹⁾ Sárgarépa főzelék ^(1,7) Sertés aprópecsenye Gyümölcs	Zöldborsóleves püre Levesbetét ⁽¹⁾ Sárgarépa főzelék ⁽⁷⁾ Sertés aprópecsenye Gyümölcs	Zöldborsóleves püre Levesbetét GM Sárgarépa főzelék Sertés aprópecsenye Gyümölcs
	E: 847kcal, zsír: 21,1g, tel.zsír: 2,7g, feh.: 41g, CH: 128,4g, Cuk: 5g, Só: 1,8g, Ca: 109,6mg	E: 665kcal, zsír: 26g, tel.zsír: 2,4g, feh.: 35,9g, CH: 68,4g, Cuk: 0g, Só: 2,1g, Ca: 254,8mg	E: 864kcal, zsír: 40,5g, tel.zsír: 4,1g, feh.: 35,8g, CH: 85,8g, Cuk: 0g, Só: 2,2g, Ca: 261,3mg	E: 874kcal, zsír: 39,7g, tel.zsír: 3,6g, feh.: 33,4g, CH: 92,5g, Cuk: 0g, Só: 2,1g, Ca: 190,8mg
2024.02.02 Péntek	Csontleves levesbetét csiga tészta ⁽¹⁾ Fasírt húsgolyók sütőben sütvve ⁽¹⁾ Lencsefőzelék ^(1,7,10)	Zöldséges karfiolleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Parajos hal tésztával [*] ^(1,4,7)	Zöldséges brokkolileves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Parajos tonhal ^(4,7) Tészta köret ⁽¹⁾	Zöldséges brokkolileves ⁽⁹⁾ Levesbetét GM Parajos tonhal ^(4,7) Tészta köret GM
	E: 1 054kcal, zsír: 55,7g, tel.zsír: 5,7g, feh.: 41,1g, CH: 94,8g, Cuk: 9,4g, Só: 0,7g, Ca: 123,6mg	E: 859kcal, zsír: 24,3g, tel.zsír: 2g, feh.: 36,8g, CH: 122,2g, Cuk: 0g, Só: 1,3g, Ca: 189,4mg	E: 884kcal, zsír: 29,9g, tel.zsír: 2,6g, feh.: 31,8g, CH: 121g, Cuk: 0g, Só: 1,3g, Ca: 234,8mg	E: 831kcal, zsír: 30,2g, tel.zsír: 3g, feh.: 21,9g, CH: 110g, Cuk: 0g, Só: 1,9g, Ca: 233,9mg
2024.02.03 Szombat	Paradicsomleves ^(1,9) Levesbetét ⁽¹⁾ Bácskai rizshús (sertés)	Magyaros burgonyaleves ⁽⁹⁾ Eszterházy sertéstokány ^(1,7,10) Párolt rizs	Magyaros burgonyaleves ^(1,9) Eszterházy sertéstokány ^(1,7) Párolt rizs	Magyaros burgonyaleves ⁽⁹⁾ Eszterházy sertéstokány ⁽¹⁰⁾ Párolt rizs

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

1. Glutént tartalmazó gabona, 2. Rákfélék és azokból készült termékek, 3. Tojás és abból készült termékek, 4. Halak és azokból készült termékek, 5. Földimogyoró és abból készült termékek, 6. Szójabab és abból készült termékek, 7. Tej és abból készült termékek, 8. Diófélék, 9. Zeller és abból készült termékek, 10. Mustár és abból készült termékek, 11. Szezámmag és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfürt

Étlap
2024. január 29. - 2024. február 4.

Idősek

	Csemege uborka ⁽¹⁰⁾			
	E: 923kcal, zsír: 29,9g, tel.zsír: 1,8g, feh.: 36g, CH: 122,9g, Cuk: 6g, Só: 1,3g, Ca: 80,1mg	E: 1 290kcal, zsír: 55,6g, tel.zsír: 4,4g, feh.: 34,9g, CH: 156,2g, Cuk: 5g, Só: 1,4g, Ca: 117,4mg	E: 1 394kcal, zsír: 56,2g, tel.zsír: 4,8g, feh.: 48,6g, CH: 166,7g, Cuk: 0g, Só: 2g, Ca: 567,2mg	E: 1 224kcal, zsír: 52,6g, tel.zsír: 2,9g, feh.: 33,7g, CH: 148,3g, Cuk: 0g, Só: 1,4g, Ca: 84,9mg
2024.02.04 Vasárnap	Kertészleves Levesbetét ⁽¹⁾ Rántott sertéskaraj ^(1,3) Petrezselymes burgonya Csalamádé	Zöldségleves Levesbetét ⁽¹⁾ Rakott burgonya ^(3,6,7) Csemege uborka ⁽¹⁰⁾	Zöldségleves Levesbetét ⁽¹⁾ Francia rakott burgonya ⁽⁷⁾ Meggy kompót	Zöldségleves Levesbetét GM Francia rakott burgonya ⁽⁷⁾ Meggy kompót
	E: 769kcal, zsír: 26,9g, tel.zsír: 4g, feh.: 26,2g, CH: 103,5g, Cuk: 0g, Só: 1,5g, Ca: 107,2mg	E: 761kcal, zsír: 35,1g, tel.zsír: 9,5g, feh.: 27,3g, CH: 82,8g, Cuk: 0g, Só: 3,3g, Ca: 166,1mg	E: 916kcal, zsír: 32,1g, tel.zsír: 11,8g, feh.: 27,5g, CH: 127,2g, Cuk: 20g, Só: 2,4g, Ca: 437,9mg	E: 913kcal, zsír: 32,3g, tel.zsír: 11,9g, feh.: 26,6g, CH: 126,8g, Cuk: 20g, Só: 2,5g, Ca: 437,8mg

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

1. Glutént tartalmazó gabona, 2. Rákfélék és azokból készült termékek, 3. Tojás és abból készült termékek, 4. Halak és azokból készült termékek, 5. Földimogyoró és abból készült termékek, 6. Szójabab és abból készült termékek, 7. Tej és abból készült termékek, 8. Diófélék, 9. Zeller és abból készült termékek, 10. Mustár és abból készült termékek, 11. Szezámag és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfűt

Étlap

2024. február 5. - 2024. február 11.

Idősek

06. hét	Idős normál	Natív cukormentes	Epekímélő	Gluténmentes, epés
2024.02.05 Hétfő	Tárkonyos zöldségleves Sült csirkecomb filé Vajas tört burgonya	Jókai bableves ^(1,7,9) Túrós csusza ^(1,7) Gyümölcs	Virslis kínai kel leves Túrós csusza kefirrel ^(1,7)	Virslis kínai kel leves Túrós csusza kefirrel GM ⁽⁷⁾
	E: 930kcal, zsír: 53,4g, tel.zsír: 12,6g, feh.: 37,8g, CH: 73,7g, Cuk: 0g, Só: 1,6g, Ca: 138,4mg	E: 1 027kcal, zsír: 36,6g, tel.zsír: 12,4g, feh.: 48,9g, CH: 122,4g, Cuk: 0g, Só: 2,7g, Ca: 310mg	E: 793kcal, zsír: 26,9g, tel.zsír: 9,4g, feh.: 39,5g, CH: 98g, Cuk: 0g, Só: 2,3g, Ca: 259,8mg	E: 782kcal, zsír: 27g, tel.zsír: 9,8g, feh.: 31g, CH: 102g, Cuk: 0g, Só: 2,5g, Ca: 263mg
2024.02.06 Kedd	Tejfölös burgonyaleves ^(1,7) Tarhonyás hús ⁽¹⁾ Cékla saláta Gyümölcs	Csurgatott tojásleves ^(1,3) Zöldborsófőzelék ^(1,7) Főtt virsli Gyümölcs	Rántott leves ⁽¹⁾ Pírtott zsemlekocka ⁽¹⁾ Kefíres tökfőzelék ^(1,7) Főtt virsli Gyümölcs	Rántott leves Figurás kukorica pehely Kefíres tökfőzelék ⁽⁷⁾ Főtt virsli Gyümölcs
	E: 845kcal, zsír: 24,3g, tel.zsír: 2,7g, feh.: 36,8g, CH: 116,6g, Cuk: 0g, Só: 1,8g, Ca: 120,1mg	E: 676kcal, zsír: 31,4g, tel.zsír: 7,8g, feh.: 30,9g, CH: 64,7g, Cuk: 0g, Só: 1,6g, Ca: 201,1mg	E: 767kcal, zsír: 37,5g, tel.zsír: 11,2g, feh.: 19,2g, CH: 85,5g, Cuk: 9g, Só: 7,7g, Ca: 152,5mg	E: 794kcal, zsír: 33,6g, tel.zsír: 9,3g, feh.: 19,3g, CH: 102,2g, Cuk: 9g, Só: 7,6g, Ca: 151,9mg
2024.02.07 Szerda	Májgaluskaleves ^(1,3) Gránátos kocka (Burgonyás tészta) ⁽¹⁾ Csemege uborka ⁽¹⁰⁾	Sertés raguleves Levesbetét ⁽¹⁾ Metélt tészta ⁽¹⁾ Mák szórát diab. Gyümölcs	Sertés raguleves Levesbetét ⁽¹⁾ Tejbenrizs ⁽⁷⁾ Kakaó szórát Gyümölcs	Sertés raguleves Levesbetét GM Tejbenrizs ⁽⁷⁾ Kakaó szórát Gyümölcs
	E: 865kcal, zsír: 24,5g, tel.zsír: 7,4g, feh.: 26,8g, CH: 132,2g, Cuk: 0g, Só: 2,5g, Ca: 115,3mg	E: 1 209kcal, zsír: 44,7g, tel.zsír: 5,9g, feh.: 44,9g, CH: 153,7g, Cuk: 0g, Só: 1,4g, Ca: 418,3mg	E: 818kcal, zsír: 16,8g, tel.zsír: 3,1g, feh.: 31g, CH: 132,4g, Cuk: 35,3g, Só: 1,5g, Ca: 432,7mg	E: 814kcal, zsír: 16,9g, tel.zsír: 3,2g, feh.: 30,1g, CH: 131,9g, Cuk: 35,3g, Só: 1,5g, Ca: 432,6mg
2024.02.08 Csütörtök	Tárkonyos zöldségleves Levesbetét ⁽¹⁾ Zöldbabfőzelék ^(1,7) Sertéspörkölt ⁽¹⁾	Tárkonyos zöldségleves Levesbetét ⁽¹⁾ Zöldbabfőzelék ^(1,7) Sertéspörkölt ⁽¹⁾	Tárkonyos zöldségleves Levesbetét ⁽¹⁾ Zöldbabfőzelék joghurtos püre ^(1,7) Sertéspörkölt ⁽¹⁾	Tárkonyos zöldségleves Levesbetét GM Zöldbabfőzelék joghurtos püre ⁽⁷⁾ Sertéspörkölt
	E: 550kcal, zsír: 19,4g, tel.zsír: 2,4g, feh.: 33,8g, CH: 57,4g, Cuk: 3g, Só: 1,2g, Ca: 287,2mg	E: 630kcal, zsír: 30,7g, tel.zsír: 4,2g, feh.: 31,8g, CH: 53,5g, Cuk: 0g, Só: 1,5g, Ca: 190,1mg	E: 591kcal, zsír: 28,2g, tel.zsír: 2,9g, feh.: 29,8g, CH: 52g, Cuk: 1g, Só: 2g, Ca: 210,8mg	E: 603kcal, zsír: 29,6g, tel.zsír: 3g, feh.: 31,9g, CH: 49,8g, Cuk: 1g, Só: 2,5g, Ca: 210,6mg
2024.02.09 Péntek	Köménymagleves ⁽¹⁾ Pírtott zsemlekocka ⁽¹⁾ Rántott csirkemell (sütőben sütve) ^(1,3,7) Burgonyapüré ⁽⁷⁾ Mongol saláta	Paradicsomleves diab. ^(1,9) Levesbetét ⁽¹⁾ Rántott csirkemell (sütőben sütve) ^(1,3,7) Petrezselymes burgonya Csalamádé	Paradicsomleves ^(1,9) Levesbetét ⁽¹⁾ Paprikás burgonya Főtt virsli Alma befőtt	Paradicsomleves ⁽⁹⁾ Levesbetét GM Paprikás burgonya Főtt virsli Alma befőtt
	E: 484kcal, zsír: 19,2g, tel.zsír: 5,3g, feh.: 22,2g, CH: 53,9g, Cuk: 0g, Só: 2,5g, Ca: 158,2mg	E: 717kcal, zsír: 19g, tel.zsír: 3g, feh.: 27,3g, CH: 107,3g, Cuk: 0g, Só: 3,8g, Ca: 58,9mg	E: 751kcal, zsír: 29,7g, tel.zsír: 7g, feh.: 20,3g, CH: 98,9g, Cuk: 20,6g, Só: 1,9g, Ca: 58,6mg	E: 745kcal, zsír: 29,7g, tel.zsír: 7g, feh.: 19g, CH: 99,2g, Cuk: 20,6g, Só: 2g, Ca: 57,5mg

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

1. Glutént tartalmazó gabona, 2. Rákfélék és azokból készült termékek, 3. Tojás és abból készült termékek, 4. Halak és azokból készült termékek, 5. Földimogyoró és abból készült termékek, 6. Szójabab és abból készült termékek, 7. Tej és abból készült termékek, 8. Diófélék, 9. Zeller és abból készült termékek, 10. Mustár és abból készült termékek, 11. Szezám és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfűrt

Étlap

2024. február 5. - 2024. február 11.

Idősek

2024.02.10 Szombat	Daragaluska alap leves Daragaluska betét ^(1,3) Tejfölös-sonkás csirkemelltokány ⁽⁷⁾ Párolt rizs	Daragaluska alap leves Daragaluska betét ^(1,3) Snidlinges,majorannás sertés tokány Párolt rizs	Daragaluska alap leves Daragaluska betét ^(1,3) Snidlinges,majorannás sertés tokány Párolt rizs	Daragaluska alap leves Daragaluska betét ⁽³⁾ Snidlinges,majorannás sertés tokány Párolt rizs
	E: 1 238kcal, zsír: 65,7g, tel.zsír: 16,5g, feh.: 35,9g, CH: 122,6g, Cuk: 0g, Só: 1,2g, Ca: 251,9mg	E: 995kcal, zsír: 36g, tel.zsír: 2,9g, feh.: 34,9g, CH: 128,2g, Cuk: 0g, Só: 1g, Ca: 96,1mg	E: 995kcal, zsír: 36g, tel.zsír: 2,9g, feh.: 34,9g, CH: 128,2g, Cuk: 0g, Só: 1g, Ca: 96,1mg	E: 1 011kcal, zsír: 31,7g, tel.zsír: 2,5g, feh.: 36,4g, CH: 140,3g, Cuk: 0g, Só: 1,3g, Ca: 100,2mg
2024.02.11 Vasárnap	Vaníliás almaleves ⁽⁷⁾ Paprikás burgonya kolbásszal Mongol saláta	Karalábé leves ⁽¹⁾ Tarhonyás hús ⁽¹⁾ Kovászos uborka ⁽¹⁾	Karalábé leves ⁽¹⁾ Tarhonyás hús ⁽¹⁾ Meggy kompót	Karalábé leves Tarhonyás hús GM Meggy kompót
	E: 936kcal, zsír: 31,2g, tel.zsír: 8,5g, feh.: 21,8g, CH: 140,3g, Cuk: 62,5g, Só: 5,1g, Ca: 166,8mg	E: 742kcal, zsír: 23,2g, tel.zsír: 1,9g, feh.: 38,2g, CH: 92,7g, Cuk: 0g, Só: 3,8g, Ca: 112,2mg	E: 859kcal, zsír: 23,5g, tel.zsír: 1,9g, feh.: 38,1g, CH: 120,3g, Cuk: 20g, Só: 1,4g, Ca: 127,3mg	E: 875kcal, zsír: 23,9g, tel.zsír: 1,9g, feh.: 31,2g, CH: 123,6g, Cuk: 20g, Só: 1,5g, Ca: 129,9mg

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

1. Glutént tartalmazó gabona, 2. Rákfélék és azokból készült termékek, 3. Tojás és abból készült termékek, 4. Halak és azokból készült termékek, 5. Földimogyoró és abból készült termékek, 6. Szójabab és abból készült termékek, 7. Tej és abból készült termékek, 8. Diófélék, 9. Zeller és abból készült termékek, 10. Mustár és abból készült termékek, 11. Szezám és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfürt

Étlap

2024. február 12. - 2024. február 18.

Idősek

07. hét	Idős normál	Natív cukormentes	Epekímélő	Gluténmentes, epés
2024.02.12 Hétfő	Fokhagyma krémleves ^(1,7) Pírtott zsemlekočka ⁽¹⁾ Sertésflekken Petrezselymes burgonya Káposzta saláta	Fokhagyma krémleves ^(1,7) Pírtott zsemlekočka ⁽¹⁾ Sertésflekken Petrezselymes burgonya Káposzta saláta	Sütőtök krémleves ^(1,7) Pírtott zsemlekočka ⁽¹⁾ Natúr sertésborda Petrezselymes burgonya Cékla saláta	Sütőtök krémleves Figurás kukorica pehely Natúr sertésborda Petrezselymes burgonya Cékla saláta
	E: 862kcal, zsír: 44,1g, tel.zsír: 13,9g, feh.: 31,3g, CH: 84,3g, Cuk: 0g, Só: 1,6g, Ca: 156mg	E: 920kcal, zsír: 44,3g, tel.zsír: 14g, feh.: 32,3g, CH: 97g, Cuk: 0g, Só: 2,2g, Ca: 187,9mg	E: 883kcal, zsír: 33,3g, tel.zsír: 5,1g, feh.: 36,9g, CH: 106g, Cuk: 0g, Só: 2,8g, Ca: 219,1mg	E: 837kcal, zsír: 28,2g, tel.zsír: 3,1g, feh.: 33,6g, CH: 109,4g, Cuk: 0g, Só: 2,6g, Ca: 145,7mg
2024.02.13 Kedd	Sertés raguleves Levesbetét ⁽¹⁾ Metélt tészta ⁽¹⁾ Mák szórat Gyümölcs	Orjaleves d* Levesbetét ⁽¹⁾ Tört burgonya Petrezselymes csirke apró Gyümölcs	Orjaleves d* Levesbetét ⁽¹⁾ Tört burgonya Petrezselymes csirke apró Gyümölcs	Orjaleves d* Levesbetét GM Tört burgonya Petrezselymes csirke apró Gyümölcs
	E: 1 270kcal, zsír: 44,7g, tel.zsír: 5,9g, feh.: 44,9g, CH: 169g, Cuk: 20g, Só: 1,4g, Ca: 418,3mg	E: 811kcal, zsír: 33,5g, tel.zsír: 2,9g, feh.: 35,9g, CH: 89,1g, Cuk: 0g, Só: 1,4g, Ca: 221,1mg	E: 811kcal, zsír: 33,5g, tel.zsír: 2,9g, feh.: 35,9g, CH: 89,1g, Cuk: 0g, Só: 1,4g, Ca: 221,1mg	E: 807kcal, zsír: 33,7g, tel.zsír: 3g, feh.: 35g, CH: 88,6g, Cuk: 0g, Só: 1,5g, Ca: 221mg
2024.02.14 Szerda	Magyaros burgonyaleves ^(1,9) Budapest ragu Párolt rizs Túró desszert ^(5,7)	Magyaros burgonyaleves ^(1,9) Budapest ragu Párolt rizs Gyümölcs	Zöldséges burgonyaleves ^(1,9) Pírtott csirkemáj ⁽¹⁾ Párolt rizs Gyümölcs	Zöldséges burgonyaleves ⁽⁹⁾ Pírtott csirkemáj Párolt rizs Gyümölcs
	E: 1 134kcal, zsír: 38,6g, tel.zsír: 8g, feh.: 40,5g, CH: 151,2g, Cuk: 11,5g, Só: 0,4g, Ca: 125,5mg	E: 1 077kcal, zsír: 33,5g, tel.zsír: 3,4g, feh.: 38,3g, CH: 149,9g, Cuk: 0g, Só: 0,5g, Ca: 111,2mg	E: 1 149kcal, zsír: 37,6g, tel.zsír: 5g, feh.: 40,8g, CH: 157g, Cuk: 0g, Só: 1,3g, Ca: 109,4mg	E: 1 140kcal, zsír: 37,5g, tel.zsír: 5,1g, feh.: 40,1g, CH: 156,3g, Cuk: 0g, Só: 1,3g, Ca: 108,1mg
2024.02.15 Csütörtök	Karfiolleves ^(1,7) Levesbetét ⁽¹⁾ Húsos-zöldséges tészta* ⁽¹⁾	Meggy leves ^(1,7) Húsos-zöldséges tészta* ⁽¹⁾	Meggy leves Húsos-zöldséges tészta* ⁽¹⁾	Meggy leves ⁽⁷⁾ Húsos-zöldséges tészta GM*
	E: 771kcal, zsír: 21,7g, tel.zsír: 3,6g, feh.: 41,4g, CH: 100,5g, Cuk: 0g, Só: 1,6g, Ca: 105,7mg	E: 753kcal, zsír: 17,3g, tel.zsír: 1,6g, feh.: 37,9g, CH: 109,1g, Cuk: 0g, Só: 1,5g, Ca: 138,4mg	E: 689kcal, zsír: 10,9g, tel.zsír: 1,4g, feh.: 35,2g, CH: 110,6g, Cuk: 11g, Só: 1,5g, Ca: 83,9mg	E: 808kcal, zsír: 17,6g, tel.zsír: 1,6g, feh.: 30,9g, CH: 128,6g, Cuk: 18g, Só: 1,6g, Ca: 138,1mg
2024.02.16 Péntek	Zöldségkrémleves ^(1,7) Levesgyöngy ^(1,3,7) Tökfőzelék ^(1,7) Sertéspörkölt ⁽¹⁾	Zöldségkrémleves ^(1,7) Levesgyöngy ^(1,3,7) Sertéspörkölt ⁽¹⁾ Tökfőzelék ^(1,7)	Zöldségkrémleves Pírtott zsemlekočka ⁽¹⁾ Tökfőzelék kapos Sertéspörkölt ⁽¹⁾	Zöldségkrémleves Figurás kukorica pehely Tökfőzelék kapos Sertéspörkölt
	E: 718kcal, zsír: 34,8g, tel.zsír: 6,2g, feh.: 28,8g, CH: 68,6g, Cuk: 9g, Só: 5,8g, Ca: 218,4mg	E: 756kcal, zsír: 37g, tel.zsír: 4,9g, feh.: 32,5g, CH: 69,3g, Cuk: 0g, Só: 6,3g, Ca: 317mg	E: 821kcal, zsír: 27,9g, tel.zsír: 3,5g, feh.: 23,8g, CH: 116,2g, Cuk: 40g, Só: 1,6g, Ca: 131,9mg	E: 828kcal, zsír: 25,7g, tel.zsír: 1,6g, feh.: 28,2g, CH: 118g, Cuk: 40g, Só: 2,1g, Ca: 134,9mg
2024.02.17	Vaníliás almaleves ⁽⁷⁾	Spárga krémleves* ⁽⁷⁾	Spárga krémleves* ⁽⁷⁾	Spárga krémleves* ⁽⁷⁾

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

1. Glutént tartalmazó gabona, 2. Rákfélék és azokból készült termékek, 3. Tojás és abból készült termékek, 4. Halak és azokból készült termékek, 5. Földimogyoró és abból készült termékek, 6. Szójabab és abból készült termékek, 7. Tej és abból készült termékek, 8. Diófélék, 9. Zeller és abból készült termékek, 10. Mustár és abból készült termékek, 11. Szezám és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfű

Étlap

2024. február 12. - 2024. február 18.

Idősek

Szombat	Rántott tengeri halfilé sütőben sütvé ^(1,3,4) Petrezselymes burgonya Cékla saláta	Magyaros csirkemellfilé Petrezselymes burgonya Csalamádé	Magyaros csirkemellfilé Petrezselymes burgonya Alma befőtt	Magyaros csirkemellfilé Petrezselymes burgonya Alma befőtt
	E: 1 083kcal, zsír: 25,1g, tel.zsír: 4,5g, feh.: 33,3g, CH: 179g, Cuk: 62,5g, Só: 2,8g, Ca: 177,9mg	E: 703kcal, zsír: 18,8g, tel.zsír: 3,7g, feh.: 38,4g, CH: 93,9g, Cuk: 0g, Só: 2,6g, Ca: 123,3mg	E: 753kcal, zsír: 18,9g, tel.zsír: 3,7g, feh.: 37,7g, CH: 106,6g, Cuk: 14,6g, Só: 1,4g, Ca: 111,2mg	E: 753kcal, zsír: 18,9g, tel.zsír: 3,7g, feh.: 37,7g, CH: 106,6g, Cuk: 14,6g, Só: 1,4g, Ca: 111,2mg
2024.02.18 Vasárnap	Lebbencsleves ⁽¹⁾ Csirkepaprikás ^(1,7) Galuska ^(1,3)	Lebbencsleves ⁽¹⁾ Brokkolis rakott ⁽⁷⁾ Gyümölcs	Lebbencsleves ⁽¹⁾ Brokkolis rakott ⁽⁷⁾ Gyümölcs	Lebbencsleves Brokkolis rakott ⁽⁷⁾ Gyümölcs
	E: 949kcal, zsír: 30,2g, tel.zsír: 6,6g, feh.: 41,1g, CH: 122,7g, Cuk: 0g, Só: 1,6g, Ca: 66,2mg	E: 627kcal, zsír: 22,2g, tel.zsír: 3,3g, feh.: 36,7g, CH: 67,3g, Cuk: 0g, Só: 0,9g, Ca: 394,5mg	E: 694kcal, zsír: 27,6g, tel.zsír: 3,3g, feh.: 37,2g, CH: 71,2g, Cuk: 0g, Só: 1,3g, Ca: 396,7mg	E: 698kcal, zsír: 27,7g, tel.zsír: 3,3g, feh.: 36,2g, CH: 71,8g, Cuk: 0g, Só: 1,4g, Ca: 397,2mg

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

1. Glutént tartalmazó gabona, 2. Rákfélék és azokból készült termékek, 3. Tojás és abból készült termékek, 4. Halak és azokból készült termékek, 5. Földimogyoró és abból készült termékek, 6. Szójabab és abból készült termékek, 7. Tej és abból készült termékek, 8. Diófélék, 9. Zeller és abból készült termékek, 10. Mustár és abból készült termékek, 11. Szezám és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfürt

Étlap

2024. február 19. - 2024. február 25.

Idősek

08. hét	Idős normál	Natív cukormentes	Epekímélő	Gluténmentes, epés
2024.02.19 Hétfő	Húsleves sertéshúsból ⁽⁹⁾ Kakukkfűves csirkecomb filé Tört burgonya	Húsleves sertéshúsból ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Kakukkfűves csirkecomb filé Tört burgonya	Csontleves Levesbetét ⁽¹⁾ Kakukkfűves csirkecomb filé Tört burgonya	Csontleves Levesbetét GM Kakukkfűves csirkecomb filé Tört burgonya
	E: 725kcal, zsír: 31,8g, tel.zsír: 3,9g, feh.: 45,1g, CH: 63,3g, Cuk: 0g, Só: 1,8g, Ca: 99,9mg	E: 769kcal, zsír: 32,1g, tel.zsír: 3,9g, feh.: 46,6g, CH: 72g, Cuk: 0g, Só: 1,8g, Ca: 102,3mg	E: 680kcal, zsír: 28,1g, tel.zsír: 4g, feh.: 35,2g, CH: 70,8g, Cuk: 0g, Só: 1,6g, Ca: 91,3mg	E: 676kcal, zsír: 28,2g, tel.zsír: 4g, feh.: 34,3g, CH: 70,4g, Cuk: 0g, Só: 1,7g, Ca: 91,2mg
2024.02.20 Kedd	Gulyásleves* ^(1,3,9) Lekváros gombóc ^(1,3) Porcukor szórát	Gulyásleves* ^(1,3,9) Tejbendara ^(1,7) Kakaó szórát	Gulyásleves* ⁽⁹⁾ Tejbendara, rizstejes ⁽¹⁾ Kakaó szórát	Gulyásleves* ⁽⁹⁾ Tejbendara kukoricadarával Kakaó szórát
	E: 1 012kcal, zsír: 16,3g, tel.zsír: 1g, feh.: 31,5g, CH: 182,6g, Cuk: 20g, Só: 1,3g, Ca: 50,1mg	E: 611kcal, zsír: 17g, tel.zsír: 3,3g, feh.: 30,5g, CH: 81,9g, Cuk: 0g, Só: 1,3g, Ca: 394,8mg	E: 630kcal, zsír: 14,9g, tel.zsír: 1,2g, feh.: 19,6g, CH: 103,1g, Cuk: 22,3g, Só: 1g, Ca: 419,8mg	E: 705kcal, zsír: 18,1g, tel.zsír: 1,4g, feh.: 19,8g, CH: 114,2g, Cuk: 35,3g, Só: 1,1g, Ca: 421,7mg
2024.02.21 Szerda	Csurgatott tojásleves ^(1,3) Zöldbabfőzelék ^(1,7) Csirkepörkölt	Csurgatott tojásleves ^(1,3) Zöldbabfőzelék ^(1,7) Csirkepörkölt	Rántott leves ⁽¹⁾ Píritott zsemlekokca ⁽¹⁾ Karotta főzelék ⁽⁷⁾ Csirkepörkölt diétás	Rántott leves Figurás kukorica pehely Karotta főzelék ⁽⁷⁾ Csirkepörkölt diétás
	E: 537kcal, zsír: 21,2g, tel.zsír: 4,2g, feh.: 35,6g, CH: 48,6g, Cuk: 3g, Só: 1,1g, Ca: 239,2mg	E: 616kcal, zsír: 32,6g, tel.zsír: 6g, feh.: 33,6g, CH: 44,7g, Cuk: 0g, Só: 1,4g, Ca: 142,1mg	E: 687kcal, zsír: 34,1g, tel.zsír: 6,5g, feh.: 29,6g, CH: 63,9g, Cuk: 8g, Só: 2,5g, Ca: 186,7mg	E: 716kcal, zsír: 30,3g, tel.zsír: 4,6g, feh.: 30,6g, CH: 79g, Cuk: 8g, Só: 2,4g, Ca: 187,9mg
2024.02.22 Csütörtök	Zöldborsóleves ^(1,3) Levesbetét ⁽¹⁾ Csikós tokány ^(1,7) Bulgur ⁽¹⁾	Zöldborsóleves ⁽¹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Rizottó	Zöldborsóleves püre Levesbetét ⁽¹⁾ Rizottó	Zöldborsóleves püre Levesbetét GM Rizottó
	E: 956kcal, zsír: 29,3g, tel.zsír: 5g, feh.: 45,1g, CH: 131g, Cuk: 5g, Só: 0,5g, Ca: 131,3mg	E: 709kcal, zsír: 17,3g, tel.zsír: 0,9g, feh.: 33g, CH: 101,5g, Cuk: 0g, Só: 1,6g, Ca: 83,3mg	E: 809kcal, zsír: 32,1g, tel.zsír: 2,6g, feh.: 31,9g, CH: 94,4g, Cuk: 0g, Só: 1,1g, Ca: 84,3mg	E: 805kcal, zsír: 32,2g, tel.zsír: 2,7g, feh.: 31g, CH: 94g, Cuk: 0g, Só: 1,2g, Ca: 84,2mg
2024.02.23 Péntek	Tavaszi zöldségleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Rántott csirkemell (sütőben sütve) ^(1,3,7) Burgonyapüré ⁽⁷⁾ Káposzta saláta	Tavaszi zöldségleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Rántott csirkemell (sütőben sütve) ^(1,3,7) Burgonyapüré ⁽⁷⁾ Káposzta saláta	Tavaszi zöldségleves ⁽¹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Natúr sertésborda Tört burgonya Cékla saláta	Tavaszi zöldségleves Levesbetét GM Natúr sertésborda Tört burgonya Meggy kompót
	E: 450kcal, zsír: 13,6g, tel.zsír: 3,1g, feh.: 24,2g, CH: 56,5g, Cuk: 0g, Só: 2,5g, Ca: 183,6mg	E: 508kcal, zsír: 13,8g, tel.zsír: 3,2g, feh.: 25,2g, CH: 69,2g, Cuk: 0g, Só: 3g, Ca: 215,5mg	E: 804kcal, zsír: 32,5g, tel.zsír: 2,6g, feh.: 34,9g, CH: 90,4g, Cuk: 0g, Só: 2,8g, Ca: 154mg	E: 874kcal, zsír: 32,9g, tel.zsír: 2,7g, feh.: 33,1g, CH: 108,4g, Cuk: 20g, Só: 1,9g, Ca: 151,6mg
2024.02.24 Szombat	Brokkoli krémleves ^(1,7) Levesgyöngy ^(1,3,7)	Brokkoli krémleves* ⁽⁷⁾ Píritott zsemlekokca ⁽¹⁾	Brokkoli krémleves ⁽¹⁾ Píritott zsemlekokca ⁽¹⁾	Brokkoli krémleves Figurás kukorica pehely

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

1. Glutént tartalmazó gabona, 2. Rákfélék és azokból készült termékek, 3. Tojás és abból készült termékek, 4. Halak és azokból készült termékek, 5. Földimogyoró és abból készült termékek, 6. Szójabab és abból készült termékek, 7. Tej és abból készült termékek, 8. Diófélék, 9. Zeller és abból készült termékek, 10. Mustár és abból készült termékek, 11. Szezám és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfürt

Étlap

2024. február 19. - 2024. február 25.

Idősek

	Bácskai rizseshús (sertés) Kovászos uborka ⁽¹⁾	Húsos-zöldséges tészta* ⁽¹⁾	Húsos-zöldséges tészta* ⁽¹⁾	Húsos-zöldséges tészta GM*
	E: 998kcal, zsír: 39,4g, tel.zsír: 4,4g, feh.: 39,8g, CH: 116g, Cuk: 0g, Só: 2,9g, Ca: 220mg	E: 711kcal, zsír: 21,2g, tel.zsír: 4,7g, feh.: 39g, CH: 90,1g, Cuk: 0g, Só: 1,7g, Ca: 162,3mg	E: 759kcal, zsír: 27,1g, tel.zsír: 5,5g, feh.: 39,4g, CH: 88g, Cuk: 0g, Só: 1,7g, Ca: 140,6mg	E: 762kcal, zsír: 23,8g, tel.zsír: 3,7g, feh.: 33,3g, CH: 101,7g, Cuk: 0g, Só: 1,7g, Ca: 165,8mg
2024.02.25 Vasárnap	Daragaluska alap leves Daragaluska betét ^(1,3) Brassói aprópecsenye diétás Csemege uborka ⁽¹⁰⁾	Daragaluska alap leves Daragaluska betét ^(1,3) Brassói aprópecsenye diétás Csemege uborka ⁽¹⁰⁾	Daragaluska alap leves Daragaluska betét ^(1,3) Brassói aprópecsenye diétás Alma befőtt	Daragaluska alap leves Daragaluska betét ⁽³⁾ Brassói aprópecsenye diétás Alma befőtt
	E: 706kcal, zsír: 26,4g, tel.zsír: 1,9g, feh.: 36,9g, CH: 78,1g, Cuk: 0g, Só: 2g, Ca: 118,8mg	E: 706kcal, zsír: 26,4g, tel.zsír: 1,9g, feh.: 36,9g, CH: 78,1g, Cuk: 0g, Só: 2g, Ca: 118,8mg	E: 781kcal, zsír: 26,6g, tel.zsír: 1,9g, feh.: 36,7g, CH: 96,2g, Cuk: 14,6g, Só: 1,6g, Ca: 100,8mg	E: 796kcal, zsír: 22,2g, tel.zsír: 1,5g, feh.: 38,1g, CH: 108,3g, Cuk: 14,6g, Só: 1,8g, Ca: 104,8mg

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

1. Glutént tartalmazó gabona, 2. Rákfélék és azokból készült termékek, 3. Tojás és abból készült termékek, 4. Halak és azokból készült termékek, 5. Földimogyoró és abból készült termékek, 6. Szójabab és abból készült termékek, 7. Tej és abból készült termékek, 8. Diófélék, 9. Zeller és abból készült termékek, 10. Mustár és abból készült termékek, 11. Szezám és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfürt

Étlap

2024. február 26. - 2024. március 3.

Idősek

09. hét	Idős normál	Natív cukormentes	Epekímélő	Gluténmentes, epés
2024.02.26 Hétfő	Alföldi tarhonya leves ⁽¹⁾ Barackos sertésszelet Bulgur ⁽¹⁾	Alföldi tarhonya leves ⁽¹⁾ Barackos sertésszelet Párolt rizs	Zöldséges tarhonya leves ^(1,9) Barackos sertésszelet Párolt rizs	Zöldséges tarhonya leves ⁽⁹⁾ Barackos sertésszelet Párolt rizs
	E: 911kcal, zsír: 33,1g, tel.zsír: 3,6g, feh.: 39,5g, CH: 117,4g, Cuk: 0g, Só: 1,4g, Ca: 94,9mg	E: 1 046kcal, zsír: 35,6g, tel.zsír: 3,4g, feh.: 36,5g, CH: 139,3g, Cuk: 0g, Só: 1,3g, Ca: 78mg	E: 1 041kcal, zsír: 40,6g, tel.zsír: 3,4g, feh.: 34,8g, CH: 128,5g, Cuk: 0g, Só: 1,4g, Ca: 82,4mg	E: 1 130kcal, zsír: 40,8g, tel.zsír: 3,4g, feh.: 36g, CH: 147,5g, Cuk: 0g, Só: 1,4g, Ca: 80,9mg
2024.02.27 Kedd	Babgulyás(sertés) ⁽⁹⁾ Piskóta kocka ^(1,3) Csokoládé öntet ⁽⁷⁾ Gyümölcs	Csontleves Levesbetét ⁽¹⁾ Zöldborsós csirke tokány Tészta köret ⁽¹⁾ Gyümölcs	Csontleves Levesbetét ⁽¹⁾ Brokkolis csirke ragu Tészta köret ⁽¹⁾ Gyümölcs	Csontleves Levesbetét GM Brokkolis csirke ragu Tészta köret GM Gyümölcs
	E: 1 015kcal, zsír: 33,2g, tel.zsír: 3,9g, feh.: 34,7g, CH: 132,6g, Cuk: 26,4g, Só: 1g, Ca: 420,7mg	E: 851kcal, zsír: 20,8g, tel.zsír: 2,2g, feh.: 44,8g, CH: 119,6g, Cuk: 0g, Só: 1,4g, Ca: 109,5mg	E: 810kcal, zsír: 21,9g, tel.zsír: 1,8g, feh.: 36,2g, CH: 115g, Cuk: 0g, Só: 1,2g, Ca: 139,5mg	E: 758kcal, zsír: 22,2g, tel.zsír: 2,2g, feh.: 26,3g, CH: 103,9g, Cuk: 0g, Só: 1,9g, Ca: 138,6mg
2024.02.28 Szerda	Köménymaglevés ⁽¹⁾ Pírított zsemlekocka ⁽¹⁾ Hentes tokány(sertés) ⁽¹⁰⁾ Párolt rizs	Pírított téstaleves ^(1,9) Hentes tokány(sertés) ⁽¹⁰⁾ Párolt rizs	Pírított téstaleves ^(1,9) Bébirépás sertéstokány Párolt rizs	Pírított téstaleves GM ⁽⁹⁾ Bébirépás sertéstokány Párolt rizs
	E: 920kcal, zsír: 30,5g, tel.zsír: 4,8g, feh.: 34g, CH: 122,8g, Cuk: 0g, Só: 0,8g, Ca: 65,4mg	E: 1 003kcal, zsír: 32,8g, tel.zsír: 3,6g, feh.: 36,5g, CH: 135,9g, Cuk: 0g, Só: 1,3g, Ca: 109,2mg	E: 1 078kcal, zsír: 38,7g, tel.zsír: 3,1g, feh.: 37,2g, CH: 140,1g, Cuk: 0g, Só: 1,6g, Ca: 114,7mg	E: 1 082kcal, zsír: 40,8g, tel.zsír: 3,4g, feh.: 35,3g, CH: 137,2g, Cuk: 0g, Só: 1,6g, Ca: 114,3mg
2024.02.29 Csütörtök	Kertészleves Levesbetét ⁽¹⁾ Paradicsomos káposzta ^{*(1)} Fasírt húsgolyók sütőben sütve ⁽¹⁾	Kertészleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Paradicsomos káposzta ⁽¹⁾ Sertéssült	Kertészleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Sertéssült Paradicsomos burgonyafőzelék *	Kertészleves ⁽⁹⁾ Levesbetét GM Sertéssült Paradicsomos burgonyafőzelék *
	E: 922kcal, zsír: 49,9g, tel.zsír: 4,2g, feh.: 24,6g, CH: 91,3g, Cuk: 15g, Só: 0,8g, Ca: 140,4mg	E: 562kcal, zsír: 26,3g, tel.zsír: 2g, feh.: 27,8g, CH: 51,2g, Cuk: 0g, Só: 2,5g, Ca: 126,5mg	E: 655kcal, zsír: 26,1g, tel.zsír: 2g, feh.: 30,2g, CH: 72,8g, Cuk: 10g, Só: 1,8g, Ca: 66,1mg	E: 651kcal, zsír: 26,3g, tel.zsír: 2g, feh.: 29,3g, CH: 72,3g, Cuk: 10g, Só: 1,9g, Ca: 66mg
2024.03.01 Péntek	Zellerkrémleves ^{*(1,7,9)} Levesgyöngy ^(1,3,7) Sült csirkecomb filé Vajas tört burgonya Cékla saláta	Zellerkrémleves ^{*(1,7,9)} Levesgyöngy ^(1,3,7) Sült csirkecomb Vajas tört burgonya Cékla saláta	Karottakrémleves ^(1,7) Pírított zsemlekocka ⁽¹⁾ Sült csirkecomb Petrezselymes burgonya Cékla saláta	Karottakrémleves ⁽⁷⁾ Figurás kukorica pehely Sült csirkecomb Petrezselymes burgonya Cékla saláta
	E: 1 048kcal, zsír: 59,4g, tel.zsír: 14,4g, feh.: 38,1g, CH: 88,7g, Cuk: 0g, Só: 2,2g, Ca: 151,5mg	E: 1 171kcal, zsír: 64,3g, tel.zsír: 15,6g, feh.: 58,7g, CH: 87,3g, Cuk: 0g, Só: 2,7g, Ca: 136,6mg	E: 981kcal, zsír: 35g, tel.zsír: 9g, feh.: 60,2g, CH: 103,9g, Cuk: 4g, Só: 2,9g, Ca: 176,9mg	E: 992kcal, zsír: 31,2g, tel.zsír: 7,1g, feh.: 60,8g, CH: 115,1g, Cuk: 4g, Só: 2,8g, Ca: 177,7mg
2024.03.02	Erdei gyümölcsleves ^(1,7)	Gyümölcs leves diab. ^(1,7)	Gyümölcs leves püre ^(1,7)	Gyümölcs leves ⁽⁷⁾

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

1. Glutént tartalmazó gabona, 2. Rákfélék és azokból készült termékek, 3. Tojás és abból készült termékek, 4. Halak és azokból készült termékek, 5. Földimogyoró és abból készült termékek, 6. Szójabab és abból készült termékek, 7. Tej és abból készült termékek, 8. Diófélék, 9. Zeller és abból készült termékek, 10. Mustár és abból készült termékek, 11. Szezám és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfűrt

Étlap

2024. február 26. - 2024. március 3.

Idősek

Szombat	Sertéspörkölt ⁽¹⁾ Tészta köret ⁽¹⁾ Mongol saláta	Sertéspörkölt Tészta köret ⁽¹⁾ Mongol saláta	Sertéspörkölt diétás Tészta köret ⁽¹⁾ Cékla saláta	Sertéspörkölt diétás Tészta köret GM Cékla saláta
	E: 1 057kcal, zsír: 32,9g, tel.zsír: 3,2g, feh.: 39,7g, CH: 147,2g, Cuk: 29,9g, Só: 0,4g, Ca: 119,1mg	E: 845kcal, zsír: 23,9g, tel.zsír: 2,6g, feh.: 40,2g, CH: 113,9g, Cuk: 0g, Só: 1,3g, Ca: 127,7mg	E: 912kcal, zsír: 23,8g, tel.zsír: 2,6g, feh.: 40,2g, CH: 130,7g, Cuk: 11g, Só: 2,3g, Ca: 123,6mg	E: 863kcal, zsír: 23,9g, tel.zsír: 3g, feh.: 30,8g, CH: 120,9g, Cuk: 11g, Só: 2,9g, Ca: 121,8mg
2024.03.03 Vasárnap	Vegyes zöldségleves ⁽⁹⁾ Levesbetét kiskocka ⁽¹⁾ Rakott brokkoli ⁽⁷⁾	Tejfölös zöldbableves ^(1,7) Paprikás burgonya kolbásszal Csalamádé	Zöldbableves püre Paprikás burgonya virslivel Alma befőtt	Zöldbableves püre Paprikás burgonya virslivel Cékla saláta
	E: 618kcal, zsír: 27,1g, tel.zsír: 3,2g, feh.: 39,4g, CH: 51,6g, Cuk: 0g, Só: 1,4g, Ca: 437,1mg	E: 597kcal, zsír: 25,1g, tel.zsír: 8g, feh.: 22,8g, CH: 68,6g, Cuk: 0g, Só: 9,6g, Ca: 128mg	E: 738kcal, zsír: 26,5g, tel.zsír: 6,2g, feh.: 20,1g, CH: 103,6g, Cuk: 14,6g, Só: 1,9g, Ca: 95,5mg	E: 703kcal, zsír: 26,3g, tel.zsír: 6,2g, feh.: 20,8g, CH: 94,5g, Cuk: 0g, Só: 2,8g, Ca: 117,5mg

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

1. Glutént tartalmazó gabona, 2. Rákfélék és azokból készült termékek, 3. Tojás és abból készült termékek, 4. Halak és azokból készült termékek, 5. Földimogyoró és abból készült termékek, 6. Szójabab és abból készült termékek, 7. Tej és abból készült termékek, 8. Diófélék, 9. Zeller és abból készült termékek, 10. Mustár és abból készült termékek, 11. Szezám és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfürt