

Étkezések:	Étkezési típusok:	Hétfő:	Kedd:	Szerda:	Csütörtök:	Péntek:	Szombat:	Vasárnap:
Reggeli:	Normál:	1 db Diós bűrkifli, 1 db Mákos bűrkifli, 2,5 dl tej	5 dkg Olasz felvágott, 2 dkg margarin, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl tea	Vagdalt konzerv, 10 dkg felbarna kenyér, 2,5 dl tea	5 dkg soproni felvágott, 2 dkg margarin, 2 db zsemle, uborka, 2,5 dl tea,	Házi húskrém, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl tea, paprika	10 dkg kuglóf, 2,5 dl kakaó	5 dkg trappista sajt, 2 dkg margarin, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl tea
		Sötart.: 1,6 g Allergén: glutén	Sötart.: 2,5 g Allergén: glutén, szójai, tej	Sötart.: 0,6 g Allergén: glutén, tej, tojás	Sötart.: 3,1 g Allergén: glutén, tej	Sötart.: 1,3 g Allergén: glutén, tej	Sötart.: 2 g Allergén: glutén, zeller	Sötart.: 2 g Allergén: glutén, tej
Tízórai	1 db gyümölcs joghurt	1 db kefir	1 db alma	1 db Kockasajt	1 db Túró rudi		1 db gyümölcslé	1 db Kockasajt
		Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: 0,13 g Allergén: tej	Sötart.: 0,15 g Allergén: tej	Sötart.: 1,2 g Allergén: tej	Sötart.: - g Allergén: tej	Sötart.: 1 g Allergén: tej	Sötart.: 0,6 g Allergén: tej
Ebéd:	Májgaluska leves, káposztás kocka,	Reszelttételeves, csirke ragu, rizs, céklás saláta	Tojásleves, pásztortarhonya, fejes saláta	Pulykaraguleves, tűrös csusza	Zellerkrémleves, temesvári ragu, rizs	Csonteleves, Sóskamártás, fűttetőjás, burgonya, 5 dkg kenyér	Tavaszileves, Hentes tokány csöltészta,	
		Sötart.: 6,9 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 4,4 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 4,3 g Allergén: glutén, tej, zeller, mustár	Sötart.: 5,8 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 6,1 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 5,4 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller	Sötart.: 6,2 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár
Uzsonna	1 db briós	1 db gyümölcslé	1 db Lotti rúd	1 db öszibarack	almakompót	1 db túrókrém	Almás-fahéjas kevert	
		Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -
Vacsora:	5 dkg kenőmájas, 10 dkg rozskenyér, lila hagyma, 2,5 dl tea	2 db Télyiszalámis sajt, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl tea	5 dkg Zala felvágott, 2 dkg margarin, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl tea, paradicsom	Tökfélék, virsli, viz	1 db gyümölcs joghurt, 2 db kifli, 2,5 dl tea,	5 dkg Diákcsemege, 2 dkg margarin, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl tea,	2 db méz mini, 2 dkg margarin, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl tea,	
		Napi össz. kalória: 3990,7040 kcal	Napi össz. kalória: 2720,3680 kcal	Napi össz. kalória: 3647,9450 kcal	Napi össz. kalória: 2347,2580 kcal	Napi össz. kalória: 3426,8010 kcal	Napi össz. kalória: 2443,1670 kcal	Napi össz. kalória: 3154,8430 kcal
Reggeli	Epés:	2 db croissant, 2,5 dl tea	5 dkg Olasz felvágott, 2 dkg margarin, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl tea	Vagdalt konzerv, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl tea	5 dkg soproni felvágott, 2 dkg margarin, 2 db zsemle, 2,5 dl tea	Házi húskrém, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl tea,	2 db fahéjas csiga, 2,5 dl tea	5 dkg trappista sajt, 2 dkg margarin, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl tea
		Sötart.: 2,7 g Allergén: glutén	Sötart.: 2,6 g Allergén: glutén, szójai	Sötart.: 1,5 g Allergén: glutén	Sötart.: 3 g Allergén: glutén	Sötart.: 1,5 g Allergén: glutén	Sötart.: 2 g Allergén: glutén, zeller	Sötart.: 2,2 g Allergén: glutén, tej
Tízórai	1 db gyümölcsjoghurt	1 db kefir	Almakompót	1 db Kockasajt	1 db Túró rudi	1 db gyümölcslé	1 db Kockasajt	
		Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: 0,13 g Allergén: tej	Sötart.: 0,15 g Allergén: tej	Sötart.: 1,2 g Allergén: tej	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: 1 g Allergén: tej	Sötart.: 0,6 g Allergén: tej
Ebéd:	Májgaluska leves, ízes metélt, rizs	Reszelttételeves, tavaszi csirke, rizs	Rántott leves, Pásztortarhonya	Pulykaraguleves, diós metélt	Zellerpüréleves, tavaszi serélcsokka, rizs	Csonteleves, Burgonyafölzék tejföl nélküli, virsli, 5 dkg kenyér	Tavaszileves, Natúr tokány csöltészta,	
		Sötart.: 6,7 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 2,8 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 6,4 g Allergén: glutén, zeller, mustár	Sötart.: 3,9 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 6,3 g Allergén: glutén, zeller, mustár	Sötart.: 5,7 g Allergén: glutén, zeller	Sötart.: 5,7 g Allergén: glutén, zeller
Uzsonna	almakompót	1 db gyümölcslé	1 db Lotti rúd	öszibarackbefőlt	almakompót	1 db túrókrém	Almás-fahéjas kevert	
		Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -
Vacsora:	1 db szármányos májkréma, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl tea	2 db Kocka sajt, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl tea	5 dkg Zala felvágott, 2 dkg margarin, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl tea	Tökfélék tejföl nélkül, virsli, viz	1 db gyümölcs joghurt, 2 db kifli, 2,5 dl tea,	5 dkg Párizsi sertés, 2 dkg margarin, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl tea,	2 db méz mini, 2 dkg margarin, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl tea,	
		Napi össz. kalória: 2622,3120 kcal	Napi össz. kalória: 2506,8010 kcal	Napi össz. kalória: 2143,5690 kcal	Napi össz. kalória: 2526,3490 kcal	Napi össz. kalória: 2540,5210 kcal	Napi össz. kalória: 2280,1390 kcal	Napi össz. kalória: 3032,9780 kcal
Reggeli:	Fehérjeszegény:	1 db Diós bűrkifli, 1 db Mákos bűrkifli, 2,5 dl tej	5 dkg Olasz felvágott, 2 dkg margarin, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl tej	Vagdalt konzerv, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl tea	5 dkg soproni felvágott, 2 dkg margarin, 2 db zsemle, uborka, 2,5 dl tea,	Házi húskrém, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl tea, paprika	10 dkg kuglóf, 2,5 dl kakaó	5 dkg trappista sajt, 2 dkg margarin, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl tea
		Sötart.: 1,6 g Allergén: glutén	Sötart.: 2,5 g Allergén: glutén, szójai, tej	Sötart.: 0,6 g Allergén: glutén, tej, tojás	Sötart.: 3,1 g Allergén: glutén, tej	Sötart.: 1,3 g Allergén: glutén, tej	Sötart.: 2 g Allergén: glutén, zeller	Sötart.: 2 g Allergén: glutén, tej
Tízórai	1 db gyümölcs joghurt	1 db kefir	1 db alma	1 db Kockasajt	1 db Túró rudi	1 db gyümölcslé	1 db Kockasajt	
		Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: 0,13 g Allergén: tej	Sötart.: 0,15 g Allergén: tej	Sötart.: 1,2 g Allergén: tej	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: 1 g Allergén: tej	Sötart.: 0,6 g Allergén: tej
Ebéd:	Májgaluska leves, káposztás kocka,	Reszelttételeves, csirke ragu, rizs, céklás saláta	Tojásleves, pásztortarhonya, fejes saláta	Pulykaraguleves, tűrös csusza	Zellerkrémleves, temesvári ragu, rizs	Csonteleves, Sóskamártás, fűttetőjás, burgonya, 5 dkg kenyér	Tavaszileves, Hentes tokány csöltészta,	
		Sötart.: 6,9 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 2,4 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 4,3 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 5,8 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 6,1 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 5,4 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 6,2 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár
Uzsonna	1 db briós	1 db gyümölcslé	1 db Lotti rúd	1 db öszibarack	almakompót	1 db túrókrém	Almás-fahéjas kevert	
		Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -
Vacsora:	5 dkg kenőmájas, 10 dkg rozskenyér, lila hagyma, 2,5 dl tea	2 db Télyiszalámis sajt, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl tea	5 dkg Zala felvágott, 2 dkg margarin, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl tea, paradicsom	Tökfélék, virsli, viz	1 db gyümölcs joghurt, 2 db kifli, 2,5 dl tea,	5 dkg Diákcsemege, 2 dkg margarin, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl tea,	2 db méz mini, 2 dkg margarin, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl tea,	
		Napi össz. kalória: 3990,7040 kcal	Napi össz. kalória: 2720,3680 kcal	Napi össz. kalória: 2166,9230 kcal	Napi össz. kalória: 2635,5030 kcal	Napi össz. kalória: 3476,8030 kcal	Napi össz. kalória: 2443,1670 kcal	Napi össz. kalória: 3073,9410 kcal

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk. 2025.06.25. Engedélyezem:

diétás szakács

dietetikus

élelmezésvezető

intézményvezető

27 ÉTLAP

Étkezések:	Étkezési típusok:	Hétfő:	Kedd:	Szerda:	Csütörtök:	Péntek:	Szombat:	Vasárnap:
Reggeli:	Tejmentes	2 db croissant, 2,5 dl tea	5 dkg Olasz felvágott, 2 dkg margarin, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl tea	Vagdalt konzerv, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl tea	5 dkg soproni felvágott, 2 dkg margarin, 2 db zsemle, uborka, 2,5 dl tea,	Házi húskrémed, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl tea, paprika	2 db fahéjas csiga, 2,5 dl tea	5 dkg pannónia sajt, 2 dkg margarin, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl tea
		Sötart.: 2,7 g Allergén: glutén	Sötart.: 2,6 g Allergén: glutén, szoja	Sötart.: 1,5 g Allergén: glutén	Sötart.: 3,1 g Allergén: glutén	Sötart.: 1,4 g Allergén: glutén	Sötart.: 2 g Allergén: glutén, zeller	Sötart.: 1,8 g Allergén: glutén
Tízórai		1 db laktózmentes joghurt	1 db laktózmentes joghurt	1 db alma	1 db Laktózmentes sajt	1 db laktózmentes Túró rudi	1 db gyümölcslé	1 db Laktózmentes sajt
		Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: 0,15 g Allergén: -	Sötart.: 0,35 g Allergén: -	Sötart.: 0,7 g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: 0,15 g Allergén: -	Sötart.: 0,35 g Allergén: zeller
Ebéd		Májgaluska leves, káposztás kocka,	Reszelttétszaleves, csirke ragu, rizs, céklá saláta	Tojásleves,pásztortarhonya, fejes saláta	Pulykaraguleves, diós metélt	Zellerkrémleves tejföl nélkül, temesvári ragu tejföl nélkül, rizs	Csontleves, Sós-kamártás tejföl nélkül, főtt tojás, burgonya, 5 dkg kenyér	Tavaszileves, Hentes tokány csötészta,
		Sötart.: 6,9 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 4,4 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 4,3 g Allergén: glutén, zeller, mustár	Sötart.: 5,9 g Allergén: glutén, tojás, zeller, zeller, mustár	Sötart.: 5,8 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 5,4 g Allergén: glutén, tojás, zeller	Sötart.: 6,2 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár
Uzsonna		almakompót	1 db gyümölcslé	1 db Laktózmentes túró rudi	1 db őszibarack	almakompót	1 db Laktózmentes joghurt	Almás-fahéjas kevert tm.
		Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: glutén, tej, tojás
Vacsora:		5 dkg kenőmájas, 10 dkg rozskenyér, lila hagyma, 2,5 dl tea	2 db Laktózmentes sajt, 10 dkg kenyér, 2,5 dl tea	5 dkg Zala felvágott, 2 dkg margarin, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl tea, paradicsom	Tökfélék tejföl nélkül, virsli, víz	1 db laktózmentes joghurt, 2 db zsemle, 2,5 dl tea	5 dkg Diáksemege, 2 dkg margarin, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl tea,	2 db méz mini, 2 dkg margarin, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl tea,
		Napi össz. kalória: 4244,2190 kcal	Napi össz. kalória: 2738,7180 kcal	Napi össz. kalória: 2092,0920 kcal	Napi össz. kalória: 2648,4630 kcal	Napi össz. kalória: 3527,0670 kcal	Napi össz. kalória: 2407,9870 kcal	Napi össz. kalória: 3054,8390 kcal
Reggeli	Tejmentes-fékelybeteg-diabos	2 db croissant, 2,5 dl diab.tea	5 dkg Olasz felvágott, 2 dkg margarin, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl diab.tea	Vagdalt konzerv, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl diab.tea	5 dkg soproni felvágott, 2 dkg margarin, 2 db zsemle, 2,5 dl diab.tea	Házi húskrémed, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl diab.tea,	2 db fahéjas csiga, 2,5 dl diab.tea	5 dkg pannónia sajt, 2 dkg margarin, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl diab.tea
		Sötart.: 2,7 g Allergén: glutén	Sötart.: 2,6 g Allergén: glutén, szoja	Sötart.: 1,5 g Allergén: glutén	Sötart.: 3 g Allergén: glutén	Sötart.: 1,5 g Allergén: glutén, tojás	Sötart.: 2 g Allergén: glutén, zeller	Sötart.: 1,9 g Allergén: glutén
Tízórai		1 db laktózmentes joghurt	1 db laktózmentes joghurt	Diabetikus almakompót	1 db Laktózmentes sajt	1 db Laktózmentes sajt	Diabetikus meggybefűött	1 db Laktózmentes sajt
		Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: 0,15 g Allergén: -	Sötart.: 0,35 g Allergén: -	Sötart.: 0,7 g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: 0,15 g Allergén: -	Sötart.: 0,35 g Allergén: -
Ebéd:		Májgaluska leves, ízes metélt,	Reszelttétszaleves, tavaszi csirke, rizs	Rántott leves, Pásztortarhonya	Pulykaraguleves, diós metélt	Zellerpüréleves, tavaszi serléskocka, rizs	Csontleves, Burgonyafözelék tejföl nélkül, virsli, 5 kg kenyér	Tavaszileves, Natúr tokány csötészta,
		Sötart.: 6,7 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 2,8 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 6,4 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 5,9 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 6,3 g Allergén: glutén, zeller, mustár	Sötart.: 5,1 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 5,7 g Allergén: glutén, zeller
Uzsonna		diabetikus almakompót	Diab. meggybefűött	1 db laktózmentes sajt	Diabetikus meggybefűött	Diabetikus almakompót	1 db Laktózmentes joghurt	Almás-fahéjas kevert tm.
		Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: glutén, tej, tojás
Vacsora:		1 db szármás májkrémed, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl diab.tea	2 db Laktózmentes sajt, 10 dkg kenyér, 2,5 dl diab.tea	5 dkg Zala felvágott, 2 dkg margarin, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl diab.tea	Tökfélék tejföl nélkül, virsli, víz	1 db laktózmentes joghurt, 2 db zsemle, 2,5 dl diab.tea	5 dkg Párizsi sertés, 2 dkg margarin, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl diab.tea,	2 db diab.méz mini, 2 dkg margarin, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl diab.tea,
		Napi össz. kalória: 2474,7840 kcal	Napi össz. kalória: 2592,0720 kcal	Napi össz. kalória: 2767,8040 kcal	Napi össz. kalória: 2373,4470 kcal	Napi össz. kalória: 2386,9670 kcal	Napi össz. kalória: 2255,0010 kcal	Napi össz. kalória: 3203,3440 kcal
Reggeli	Tejmentes-epés	2 db croissant, 2,5 dl tea	5 dkg Olasz felvágott, 2 dkg margarin, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl tea	Vagdalt konzerv, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl tea	5 dkg soproni felvágott, 2 dkg margarin, 2 db zsemle, 2,5 dl tea	Házi húskrémed, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl tea,	2 db fahéjas csiga, 2,5 dl tea	5 dkg pannónia sajt, 2 dkg margarin, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl tea
		Sötart.: 2,7 g Allergén: glutén	Sötart.: 2,6 g Allergén: glutén, szoja	Sötart.: 1,5 g Allergén: glutén	Sötart.: 3 g Allergén: glutén	Sötart.: 1,4 g Allergén: glutén	Sötart.: 2 g Allergén: glutén, zeller	Sötart.: 1,9 g Allergén: glutén
Tízórai		1 db laktózmentes joghurt	1 db laktózmentes joghurt	Almakompót	1 db Laktózmentes sajt	1 db laktózmentes Túró rudi	1 db gyümölcslé	1 db Laktózmentes sajt
		Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: 0,15 g Allergén: -	Sötart.: 0,35 g Allergén: -	Sötart.: 0,7 g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: 0,15 g Allergén: -	Sötart.: 0,35 g Allergén: -
Ebéd:		Májgaluska leves, ízes metélt,	Reszelttétszaleves, tavaszi csirke, rizs	Rántott leves, Pásztortarhonya	Pulykaraguleves, diós metélt	Zellerpüréleves, tavaszi serléskocka, rizs	Csontleves, Burgonyafözelék tejföl nélkül, virsli, 5 kg kenyér	Tavaszileves, Natúr tokány csötészta,
		Sötart.: 6,7 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 2,8 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 6,4 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 5,9 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 6,3 g Allergén: glutén, zeller, mustár	Sötart.: 5,1 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 5,7 g Allergén: glutén, zeller
Uzsonna		almakompót	1 db gyümölcslé	1 db Laktózmentes túró rudi	őszibarackbefűött	almakompót	1 db Laktózmentes joghurt	Almás-fahéjas kevert tm.
		Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: glutén, tej, tojás
Vacsora		1 db szármás májkrémed, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl tea	2 db Laktózmentes sajt, 10 dkg kenyér, 2,5 dl tea	5 dkg Zala felvágott, 2 dkg margarin, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl tea	Tökfélék tejföl nélkül, virsli, víz	1 db laktózmentes joghurt, 2 db zsemle, 2,5 dl tea	5 dkg Párizsi sertés, 2 dkg margarin, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl tea,	2 db méz mini, 2 dkg margarin, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl tea,
		Napi össz. kalória: 2474,7840 kcal	Napi össz. kalória: 2592,0720 kcal	Napi össz. kalória: 2767,8040 kcal	Napi össz. kalória: 2373,4470 kcal	Napi össz. kalória: 2386,9670 kcal	Napi össz. kalória: 2255,0010 kcal	Napi össz. kalória: 3203,3440 kcal

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk. 2025.06.25. Engedélyezem:

diétás szakács

dietetikus

élelmezésvezető

intézményvezető

Étkészések:	Étkészeti típusok:	Hétfő:	Kedd:	Szerda:	Csütörtök:	Péntek:	Szombat:	Vasárnap:
Reggeli:	Diabetikus	1 db Diós bürkifli, 1 db Mákos bürkifli, 2,5 dl tej	5 dkg Olasz felvágott, 2 dkg margarin, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl diab.tea	Vagdalt konzerv, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl diab.tea	5 dkg soproni felvágott, 2 dkg margarin, 2 db zsemle, uborka, 2,5 dl diab.tea, paprika	Házi húskrém, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl diab.kakaó	10 dkg kuglób., 2,5 dl diab.kakaó	5 dkg trappista sajt, 2 dkg margarin, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl diab.tea
		Sötart.: 1,6 g Allergén: glutén	Sötart.: 2,5 g Allergén: glutén, szén. tej	Sötart.: 0,6 g Allergén: glutén, tej, liszt	Sötart.: 3,1 g Allergén: glutén, tej	Sötart.: 1,3 g Allergén: glutén, tej	Sötart.: 2 g Allergén: glutén, zeller	Sötart.: 2 g Allergén: glutén, tej
Tizárai		1 db natúr joghurt	1 db kefir	1 db alma	1 db Kockasajt	1 db Kockasajt	Diabetikus meggybefűtött	1 db Kockasajt
Ebéd:		Májgaluska leves, káposztás kocka,	Reszelttézsztaleves, csirke ragu, rizs, cékla saláta	Tojásleves, pásztortarhonya, fejes saláta	Pulykaraguleves, tűrös csusza	Zellerkrémleves, temesvári ragu, rizs	Csontleves, Sóskamártás, fűtött joghurt, burgonya, 5 dkg kenyér	Tavaszileves, Hentes tokány csötészta,
Uzsonna:	Diabetikus almakompót	Sötart.: 6,9 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 4,4 g Allergén: glutén, tej, temér, zeller, mustár	Sötart.: 4,3 g Allergén: glutén, tej, zeller, mustár	Sötart.: 5,8 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 6,1 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 5,4 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 6,2 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár
		Sötart.: - g Allergén: -	Diabetikus meggybefűtött	1 db Kockasajt	1 db öszibarack	Diabetikus almakompót	1 db natúr joghurt	Almás-fahéjas kevert
Vacsora:		5 dkg kenőmájas, 10 dkg rozskenyér, lila Hagyma, 2,5 dl diab.tea	2 db Téliszalámis sajt, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl diab.tea	5 dkg Zala felvágott, 2 dkg margarin, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl diab.tea, paradicsom	Tökfölzélek, virsli, víz	1 db natúr joghurt, 2 db kifli, 2,5 dl diab.tea,	5 dkg Diákcsemege, 2 dkg margarin, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl diab.tea,	2 db diab.méz mini, 2 dkg margarin, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl diab.tea,
		Napi össz. kalória: 3592,0280 kcal	Napi össz. kalória: 2457,4610 kcal	Napi össz. kalória: 1864,5880 kcal	Napi össz. kalória: 2421,1530 kcal	Napi össz. kalória: 3102,4880 kcal	Napi össz. kalória: 2067,2460 kcal	Napi össz. kalória: 2804,9690 kcal
Reggeli	Diabos-Epések:	2 db croissant, 2,5 dl diab.tea	5 dkg Olasz felvágott, 2 dkg margarin, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl diab.tea	Vagdalt konzerv, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl diab.tea	5 dkg soproni felvágott, 2 dkg margarin, 2 db zsemle, 2,5 dl diab.tea	Házi húskrém, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl diab.tea	2 db fahéjas csiga, 2,5 dl diab.tea	5 dkg trappista sajt, 2 dkg margarin, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl diab.tea
Tizárai		Sötart.: 2,7 g Allergén: glutén	Sötart.: 3,6 g Allergén: glutén, soja	Sötart.: 1,5 g Allergén: glutén	Sötart.: 3 g Allergén: glutén	Sötart.: 1,5 g Allergén: glutén	Sötart.: 2 g Allergén: glutén, zeller	Sötart.: 2,2 g Allergén: glutén, tej
Ebéd:		1 db natúr joghurt	1 db kefir	Diabetikus almakompót	1 db Kockasajt	1 db Kockasajt	Diabetikus meggybefűtött	1 db Kockasajt
Uzsonna:	Diabetikus almakompót	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: 0,13 g Allergén: tej	Sötart.: 0,6 g Allergén: tej	Sötart.: 1,2 g Allergén: tej	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: 1 g Allergén: tej	Sötart.: - g Allergén: tej
		Májgaluska leves, ízes metélt, rizs	Reszelttézsztaleves, tavaszzi csirke, rizs	Rántott leves, Pásztortarhonya	Pulykaraguleves, diós metélt	Zellerpüréleves, tavaszzi sertéskocka, rizs	Csontleves, Burgonyafölzélek tejföl nélkül, virsli, 5 dkg kenyér	Tavaszileves, Natúr tokány csötészta,
Vacsora:		Sötart.: 6,7 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 2,8 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 6,4 g Allergén: glutén, zeller, mustár	Sötart.: 5,9 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 6,3 g Allergén: glutén, zeller, mustár	Sötart.: 5,1 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 5,7 g Allergén: glutén, zeller
		Diabetikus meggybefűtött	1 db Kockasajt	Diabetikus meggybefűtött	1 db Kockasajt	Diabetikus almakompót	1 db natúr joghurt	Almás-fahéjas kevert
Reggeli:	Tejmentes-Diabos	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -
		2 db croissant, 2,5 dl diab.tea	5 dkg Olasz felvágott, 2 dkg margarin, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl diab.tea	Vagdalt konzerv, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl diab.tea	5 dkg soproni felvágott, 2 dkg margarin, 2 db zsemle, 2,5 dl diab.tea	Házi húskrém, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl diab.tea, paprika	2 db fahéjas csiga, 2,5 dl diab.tea	5 dkg pannónia sajt, 2 dkg margarin, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl diab.tea
Tizárai		Sötart.: 2,7 g Allergén: glutén	Sötart.: 2,8 g Allergén: glutén, szén.	Sötart.: 1,5 g Allergén: glutén	Sötart.: 3,1 g Allergén: glutén	Sötart.: 1,4 g Allergén: glutén	Sötart.: 2 g Allergén: glutén, zeller	Sötart.: 1,8 g Allergén: glutén
Ebéd:		1 db laktózmentes joghurt	1 db laktózmentes joghurt	1 db alma	1 db Laktózmentes sajt	1 db laktózmentes sajt	Diabetikus meggybefűtött	1 db Laktózmentes sajt
Uzsonna:	Diabetikus almakompót	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: 0,15 g Allergén: -	Sötart.: 0,35 g Allergén: -	Sötart.: 0,7 g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: 0,15 g Allergén: -	Sötart.: 0,35 g Allergén: Ebéd
		Májgaluska leves, káposztás kocka,	Reszelttézsztaleves, csirke ragu, rizs, cékla saláta	Tojásleves, pásztortarhonya, fejes saláta	Pulykaraguleves, diós metélt	Zellerkrémleves tejföl nélkül, temesvári ragu tejföl nélkül, rizs	Csontleves, Sóskamártás tejföl nélkül, fűtött tojás, burgonya, 5 dkg kenyér	Tavaszileves, Hentes tokány csötészta,
Vacsora:		Sötart.: 6,9 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 4,4 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 4,3 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 5,9 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 5,8 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 5,4 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart.: 6,2 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár
		Diabetikus meggybefűtött	1 db Laktózmentes sajt	1 db Laktózmentes sajt	1 db öszibarack	Diabetikus almakompót	1 db Laktózmentes joghurt	Almás-fahéjas kevert tm.
		Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -
		5 dkg kenőmájas, 10 dkg rozskenyér, lila Hagyma, 2,5 dl diab.tea	2 db Laktózmentes sajt, 10 dkg kenyér, 2,5 dl diab.tea	5 dkg Zala felvágott, 2 dkg margarin, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl diab.tea, paradicsom	Tökfölzélek tejföl nélkül, virsli, víz	1 db laktózmentes joghurt, 2 db zsemle, 2,5 dl diab.tea	5 dkg Diákcsemege, 2 dkg margarin, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl diab.tea,	2 db diab.méz mini, 2 dkg margarin, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl diab.tea,
		Napi össz. kalória: 424,2190 kcal	Napi össz. kalória: 2738,7180 kcal	Napi össz. kalória: 2092,0920 kcal	Napi össz. kalória: 2648,4630 kcal	Napi össz. kalória: 3527,0670 kcal	Napi össz. kalória: 2407,9870 kcal	Napi össz. kalória: 3054,8390 kcal

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk. 2025.06.25.

Engedélyezem:

diétás szakács

dietetikus

élelméczszervező

intézményvezető

Étkezések:	Étkezési típusok:	Hétfő:	Kedd:	Szerda:	Csütörtök:	Péntek:	Szombat:	Vasárnap:
Reggeli:	Fehérjeszegény - diabos	1 db Diós bürkifli, 1 db Mákos bürkifli, 2,5 dl tej	5 dkg Olasz felvágott, 2 dkg margarin, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl tej	Vagdalt konzerv, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl diab.tea	5 dkg soproni felvágott, 2 dkg margarin, 2 db zsemle, uborka, 2,5 dl diab.tea,	Házi húskrémm, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl diab.tea, paprika	10 dkg kuglób, 2,5 dl diab.kakaó	5 dkg trappista sajt, 2 dkg margarin, 10 dkg félbarna kenyér, 2,5 dl diab.tea
		Sötart.: 1,6 g Allergén: glutén	Sötart.: 2,5 g Allergén: glutén, szójai, tej	Sötart.: 0,6 g Allergén: glutén, tej, tejás	Sötart.: 3,1 g Allergén: glutén, tej	Sötart.: 1,3 g Allergén: glutén, tej	Sötart.: 2 g Allergén: glutén, zeller	Sötart.: 2 g Allergén: glutén, tej
Tizárai		1 db natúr joghurt	1 db kefir	1 db alma	1 db Kockasajt	1 db Kockasajt	Diabetikus meggybefölt	1 db Kockasajt
		Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: 0,13 g Allergén: tej	Sötart.: 0,15 g Allergén: tej	Sötart.: 1,2 g Allergén: tej	Sötart.: - g Allergén: tej	Sötart.: 1 g Allergén: tej	Sötart.: 0,6 g Allergén: tej
Ebéd:	Májgaluska leves, káposztás kocka,	Részeltésztaleves, csirke ragu, rizs, céklás saláta	Tojásleves,pásztortarhonya,fejes saláta	Pulykaraguleves, tűrős csusza	Zellerkrémleves, temesvári ragu, rizs	Csontleves, Sóskamártás, fűtt tojas, burgonya, 5 dkg kenyér	Tavaszileves, Hentes tokány csótészta,	
		Sötart.: 6,9 g Allergén: glutén, tej, tojas, zeller, mustár	Sötart.: 4,4 g Allergén: glutén, tej, tojas, zeller, mustár	Sötart.: 4,3 g Allergén: glutén, tej, zeller, mustár	Sötart.: 5,8 g Allergén: glutén, tej, tojas, zeller, mustár	Sötart.: 6,1 g Allergén: glutén, tej, tojas, zeller, mustár	Sötart.: 5,4 g Allergén: glutén, tojas, zeller	Sötart.: 6,2 g Allergén: glutén, tej, tojas, zeller, mustár
Uzsonna:	diabetikus almakompót	Diabetikus meggybefölt	1 db Kockasajt	1 db őszibarack	diabetikus almakompót	1 db natúr joghurt	Almás-fahéjas kevert	
		Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -
Vacsora:	5 dkg kenőmájas, 10 dkg rozskenyér, lila hagyma, 2,5 dl diab.tea	2 db Télszalámis sajt, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl diab.tea, paradicsom	5 dkg Zala felvágott, 2 dkg margarin, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl diab.tea, paradicsom	Tökfölzélék, virsli, víz	1 db natúr joghurt, 2 db kifli, 2,5 dl diab.tea,	5 dkg Diákcsemege, 2 dkg margarin, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl diab.tea,	2 db diab.méz mini, 2 dkg margarin, 10 dkg rozskenyér, 2,5 dl diab.tea,	
		Napi össz. kalória: 3990,7040 kcal	Napi össz. kalória: 2720,3680 kcal	Napi össz. kalória: 2166,9230 kcal	Napi össz. kalória: 2635,5030 kcal	Napi össz. kalória: 3476,8030 kcal	Napi össz. kalória: 3443,1670 kcal	Napi össz. kalória: 3073,9410 kcal
Reggeli:	Glutenmentes	5 dkg Párizsi sertés, 2 dkg margarin, 10 dkg gm. kenyér, 2,5 dl tea	5 dkg Olasz felvágott, 2 dkg margarin, 10 dkg gm. kenyér, 2,5 dl tea	Vagdalt konzerv, 10 dkg gm. kenyér, 2,5 dl tea	5 dkg soproni felvágott, 2 dkg margarin, 10 dkg gm. kenyér, 2,5 dl tea,	Házi húskrémm, 10 dkg gm. kenyér, 2,5 dl tea	5 dkg Párizsi sertés, 2 dkg margarin, 10 dkg gm. kenyér, 2,5 dl tea	5 dkg Trappista sajt, 2 dkg margarin, 10 dkg gm. kenyér, 2,5 dl tea
		Sötart.: 1,2 g Allergén: -	Sötart.: 1,1 g Allergén: szójai	Sötart.: 1,5 g Allergén: -	Sötart.: 1,5 g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: 1,6 g Allergén: zeller	Sötart.: 0,7 g Allergén: tej
Tizárai	1 db gyümölcsös joghurt	1 db kefir	1 db alma	1 db Kockasajt	1 db Kockasajt	1 db gyümölcslé	1 db Kocka sajt	
		Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: 0,13 g Allergén: tej	Sötart.: 0,6 g Allergén: tej	Sötart.: 1,2 g Allergén: tej	Sötart.: - g Allergén: tej	Sötart.: 1 g Allergén: tej	Sötart.: 0,6 g Allergén: tej
Ebéd:	Gm.Májgaluska leves, Gm.káposztás kocka,	Gm.Részeltésztaleves, csirke ragu, rizs, céklás saláta	Gm.Tojásleves,Gm.pásztortarhonya fejes saláta	Pulykaraguleves, Gm.tűrős csusza	Gm.Zellerkrémleves, temesvári ragu, rizs	Gm.Csontleves, Gm Sóskamártás, fűtt tojas, burgonya, 5 dkg gm.kenyér	Gm.Tavaszileves, Gm. Hentes tokány csótészta,	
		Sötart.: 6,9 g Allergén: glutén, tej, tojas, zeller, mustár	Sötart.: 4,4 g Allergén: tej, tojas, zeller, mustár	Sötart.: 4,3 g Allergén: tej, zeller, mustár	Sötart.: 6,8 g Allergén: zeller, mustár	Sötart.: 5,8 g Allergén: tej, tojas, zeller, mustár	Sötart.: 5,4 g Allergén: tojas, zeller	Sötart.: 6,2 g Allergén: tej, tojas, zeller, mustár
Uzsonna:	almakompót	1 db gyümölcslé	1 db Kockasajt	1 db őszibarack	almakompót	1 db natúr joghurt	Gm. Almás-fahéjas kevert	
		Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -
Vacsora:	5 dkg kenőmájas, 10 dkg gm.kenyér, lila hagyma, 2,5 dl .tea	2 db Télszalámis sajt, 10 dkg gm. kenyér, 2,5 dl tea	5 dkg Zala felvágott, 2 dkg margarin, 10 dkg gm. kenyér, 2,5 dl tea, paradicsom	Gm. Tökfölzélék, virsli, víz	1 db gyümölcs joghurt, 10 dkg gm. kenyér, 2,5 dl tea,	5 dkg Diákcsemege, 2 dkg margarin, 10 dkg gm kenyér, 2,5 dl tea,	2 db méz mini, 2 dkg margarin, 10 dkg gm kenyér, 2,5 dl tea,	
		Napi össz. kalória: 4717,6090 kcal	Napi össz. kalória: 3261,3430 kcal	Napi össz. kalória: 2680,6640 kcal	Napi össz. kalória: 2441,0270 kcal	Napi össz. kalória: 4142,8020 kcal	Napi össz. kalória: 3359,3690 kcal	Napi össz. kalória: 3736,8330 kcal
Reggeli:	Pépes normál:	5 dkg párizsi sertés, tökfölzélék, 2,5 dl tea	5 dkg Olasz felvágott, karfiolfölzélék, 2,5 dl tea	5 dkg zala felvágott, sárgarépafölzélék, 2,5 dl tea	5 dkg soproni felvágott, finomfölzélék, 2,5 dl tea	5 dkg olasz felvágott, almamártás, 2,5 dl tea	5 dkg rizsi sertés, brokkolifölzélék, 2,5 dl tea	5 dkg tavaszi felvágott, zöldbabfölzélék, 2,5 dl tea
		Sötart.: 2,7 g Allergén: glutén	Sötart.: 2,5 g Allergén: glutén, szójai, tej	Sötart.: 0,6 g Allergén: glutén, tej, tojas	Sötart.: 3,1 g Allergén: glutén, tej	Sötart.: 1,3 g Allergén: glutén, tej	Sötart.: 2 g Allergén: glutén, zeller	Sötart.: 2 g Allergén: glutén, tej
Tizárai	1 db gyümölcs joghurt	1 db kefir	Almakompót, keksz	1 db natúr joghurt	1 db natúr joghurt	1 db gyümölcslé	1 db natúr joghurt	
		Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: 0,13 g Allergén: tej	Sötart.: 0,15 g Allergén: tej	Sötart.: 1,2 g Allergén: tej	Sötart.: - g Allergén: tej	Sötart.: 0,6 g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -
Ebéd:	Májgaluska leves, gyümölcsmártás, párolt csirkemáj	Részeltésztaleves, tavasi csirkemcomb, burgonya	Ránott leves,alma-karalábefölzélék, virsli	pulykaraguleves, párolt pulykacomb,karfiolfölzélék	Zellerkrémleves, tavasi sertéskocka,burgonya	Csontleves, burgonyafölzélék,virsli	Tavaszileves, natúr tokány sárgarépafölzélék	
		Sötart.: 6,9 g Allergén: glutén, tej, tojas, zeller, mustár	Sötart.: 4,4 g Allergén: glutén, tej, tojas, zeller, mustár	Sötart.: 4,3 g Allergén: glutén, tej, zeller, mustár	Sötart.: 5,8 g Allergén: glutén, tej, tojas, zeller, mustár	Sötart.: 5,8 g Allergén: glutén, tej, tojas, zeller, mustár	Sötart.: 5,4 g Allergén: glutén, tej, tojas, zeller, mustár	Sötart.: 6,2 g Allergén: glutén, tej, tojas, zeller, mustár
Uzsonna:	Almakompót, keksz	1 db gyümölcslé	1 db natúr joghurt	őszibarackbefölt, keksz	Almakompót, keksz	1 db Túrókrém	Almás-fahéjas kevert	
		Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -	Sötart.: - g Allergén: -
Vacsora	Párolt hal, párolt zöldség, 2,5 dl tea	Párolt hús, alma-zellerfölzélék, 2,5 dl tea	Párolt csirkemcomb, brokkolifölzélék, 2,5 dl tea	Tökfölzélék, virsli, víz	Párolt hús, sárgarépafölzélék, 2,5 dl tea	Párolt csirkemcomb, párolt zöldség, 2,5 dl tea	Tejbedara, kakaó szórát, 2,5 dl tea	
		Napi össz. kalória: 2426,6280 kcal	Napi össz. kalória: 2686,5910 kcal	Napi össz. kalória: 2046,9784 kcal	Napi össz. kalória: 2493,5500 kcal	Napi össz. kalória: 2473,0580 kcal	Napi össz. kalória: 2029,8460 kcal	Napi össz. kalória: 2718,0280 kcal

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk. 2025.06.25. Engedélyezem:

B1
diétás szakács

diétetikus

Sötétkrémeszvezető

intézményvezető

Étkezés k:	Étkezési típusok:	Hétfő:	Kedd:	Szerda:	Csütörtök:	Péntek:	Szombat:	Vasárnap:
Reggeli:	Pépes diabetikus:	5 dkg párzsi sertés, tökfözelék, 2,5 dl diab. tea	5 dkg Olasz felvágott, karfiolrözelék, 2,5 dl diab. tea	5 dkg zala felvágott, sárgarépa-fözelék, 2,5 dl diab.tea	5 dkg soproni felvágott, finomfözelék, 2,5 dl diab.tea	5 dkg olasz felvágott, almamártás, 2,5 dl diab.tea	5 dkg rizsi sertés, brokkoli-fözelék, 2,5 dl diab.tea	5 dkg tavasi felvágott, zöldbab-fözelék, 2,5 dl diab. tea
		Sötart: 2,7 g Allergén: glutén	Sötart: 2,5 g Allergén: glutén, szójai, tej	Sötart: 0,6 g Allergén: glutén, tej	Sötart: 3,1 g Allergén: glutén, tej	Sötart: 2 g Allergén: glutén, zeller	Sötart: 2 g Allergén: glutén, tej	Sötart: 2 g Allergén: glutén, tej
Tizárai		1 db natúr joghurt	1 db kefir	Diabetikus almakompót, keksz	1 db natúr joghurt	1 db natúr joghurt	Diabetikus meggybefűtő, keksz	1 db natúr joghurt
		Sötart: - g Allergén: -	Sötart: 0,13 g Allergén: tej	Sötart: 0,15 g Allergén: tej	Sötart: 1,2 g Allergén: tej	Sötart: - g Allergén: tej	Sötart: 1 g Allergén: tej	Sötart: 0,6 g Allergén: tej
Ebéd:		Májagaluska leves, gyümölcsmártás, párolt csirkemáj	Reszelttézsztaleves, tavasi csirketomb, burgonya	Ránott leves, alma-karalábefözelék, virsli	pulykaraguleves, párolt pulykacomb,karfiolrözelék	Zellerkrémleves, tavasi sertéskocka,burgonya	Csontleves, burgonyafözelék,virsli	Tavaszileves, natúr tokány sárgarépa-fözelék
		Sötart: 6,9 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Sötart: 4,4 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Sötart: 4,3 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Sötart: 5,8 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Sötart: 5,8 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Sötart: 5,4 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller	Sötart: 6,2 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár
Uzsonna		Diabetikus almakompót, keksz	Diabetikus meggybefűtő, keksz	1 db natúr joghurt	Diabetikus meggybefűtő, keksz	Diabetikus almakompót, keksz	1 db natúr joghurt	Almás-fahéjas kevert
		Sötart: - g Allergén: -	Sötart: - g Allergén: -	Sötart: - g Allergén: -	Sötart: - g Allergén: -	Sötart: - g Allergén: -	Sötart: - g Allergén: -	Sötart: - g Allergén: glutén, tej, tojás
Vacsora		Párolt hal, párolt zöldség, 2,5 dl diab tea	Párolt hús, alma-zellerfözelék, 2,5 dl diab tea	Párolt csirketomb, brokkoli-fözelék, 2,5 dl diab.tea	Tökfözelék, virsli, víz	Párolt hús, sárgarépa-fözelék, 2,5 dl diab.tea	Párolt csirketomb, párolt zöldség, 2,5 dl diab tea	Tejbédara, kakaó szörát, 2,5 dl diab.tea
		Napi össz. kalória: 2426,6280 kcal	Napi össz. kalória: 2086,5910 kcal	Napi össz. kalória: 2046,9760 kcal	Napi össz. kalória: 2493,5500 kcal	Napi össz. kalória: 3073,0580 kcal	Napi össz. kalória: 2029,8460 kcal	Napi össz. kalória: 2718,0280 kcal
Reggeli:	Pépes epés:	5 dkg párzsi sertés, tökfözelék tejföl nélkül, 2,5 dl tea	5 dkg Olasz felvágott, karfiolrözelék, 2,5 dl tea	5 dkg zala felvágott, sárgarépa-fözelék, 2,5 dl tea	5 dkg soproni felvágott, finomfözelék tej nélkül, 2,5 dl tea	5 dkg olasz felvágott, almamártás, 2,5 dl tea	5 dkg rizsi sertés, brokkoli-fözelék, 2,5 dl tea	5 dkg tavasi felvágott, zöldbab-fözelék tejföl nélkül, 2,5 dl tea
		Sötart: 2,7 g Allergén: glutén	Sötart: 2,5 g Allergén: glutén, szójai, tej	Sötart: 0,6 g Allergén: glutén, tej, tojás	Sötart: 3,1 g Allergén: glutén, tej	Sötart: 1,3 g Allergén: glutén, tej	Sötart: 2 g Allergén: glutén, zeller	Sötart: 2 g Allergén: glutén, tej
Tizárai		1 db gyümölcs joghurt	1 db kefir	Almakompót, keksz	1 db natúr joghurt	1 db natúr joghurt	1 db gyümölcslé	1 db natúr joghurt
		Sötart: - g Allergén: -	Sötart: 0,13 g Allergén: tej	Sötart: 0,15 g Allergén: tej	Sötart: 1,2 g Allergén: tej	Sötart: - g Allergén: -	Sötart: 1 g Allergén: tej	Sötart: 0,6 g Allergén: tej
Ebéd:		Májagaluska leves, gyümölcsmártás tejföl nélkül, párolt csirkemáj	Reszelttézsztaleves, tavasi csirketomb, burgonya	Ránott leves, alma-karalábefözelék tej nélkül, virsli	pulykaraguleves, párolt pulykacomb,karfiolrözelék	Zellerkrémleves tejföl nélkül, tavasi sertéskocka,burgonya	Csontleves, burgonyafözelék tej nélkül,virsli	Tavaszileves, natúr tokány sárgarépa-fözelék
		Sötart: 6,9 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Sötart: 4,4 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Sötart: 4,3 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Sötart: 5,8 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Sötart: 5,8 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Sötart: 5,4 g Allergén: glutén, tojás, zeller	Sötart: 6,2 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár
Uzsonna		Almakompót, keksz	1 db gyümölcslé	1 db natúr joghurt	Öszibarackbefűtő, keksz	Almakompót, keksz	1 db Túrókrém	Almás-fahéjas kevert
		Sötart: - g Allergén: -	Sötart: - g Allergén: -	Sötart: - g Allergén: -	Sötart: - g Allergén: -	Sötart: - g Allergén: -	Sötart: - g Allergén: -	Sötart: - g Allergén: glutén, tej, tojás
Vacsora		Párolt hal, párolt zöldség, 2,5 dl tea	Párolt hús, alma-zellerfözelék tej nélkül, 2,5 dl tea	Párolt csirketomb, brokkoli-fözelék, 2,5 dl tea	Tökfözelék tejföl nélkül, virsli, víz	Párolt hús, sárgarépa-fözelék, 2,5 dl tea	Párolt csirketomb, párolt zöldség, 2,5 dl tea	Tejbédara laktózmentes tejból, kakaó szórát, 2,5 dl tea
		Napi össz. kalória: 2426,6280 kcal	Napi össz. kalória: 2086,5910 kcal	Napi össz. kalória: 2046,9760 kcal	Napi össz. kalória: 2493,5500 kcal	Napi össz. kalória: 3073,0580 kcal	Napi össz. kalória: 2029,8460 kcal	Napi össz. kalória: 2718,0280 kcal
Reggeli:	Pépes tejmentes	5 dkg párzsi sertés, tökfözelék tejföl nélkül, 2,5 dl tea	5 dkg Olasz felvágott, karfiolrözelék, 2,5 dl tea	5 dkg zala felvágott, sárgarépa-fözelék, 2,5 dl tea	5 dkg soproni felvágott, finomfözelék tej nélkül, 2,5 dl tea	5 dkg olasz felvágott, almamártás, 2,5 dl tea	5 dkg rizsi sertés, brokkoli-fözelék, 2,5 dl tea	5 dkg tavasi felvágott, zöldbab-fözelék tejföl nélkül, 2,5 dl tea
		Sötart: 2,7 g Allergén: glutén	Sötart: 2,6 g Allergén: glutén, szójai	Sötart: 1,5 g Allergén: glutén	Sötart: 3,1 g Allergén: glutén	Sötart: 1,4 g Allergén: glutén	Sötart: 2 g Allergén: glutén, zeller	Sötart: 1,8 g Allergén: glutén
Tizárai		1 db laktózmentes joghurt	1 db laktózmentes joghurt	Almakompót, keksz	1 db laktózmentes joghurt	1 db laktózmentes joghurt	1 db gyümölcslé	1 db Laktózmentes joghurt
		Sötart: - g Allergén: -	Sötart: 0,15 g Allergén: -	Sötart: 0,35 g Allergén: -	Sötart: 0,7 g Allergén: -	Sötart: - g Allergén: -	Sötart: 0,15 g Allergén: -	Sötart: 0,35 g Allergén: -
Ebéd:		Májagaluska leves, gyümölcsmártás tejföl nélkül, párolt csirkemáj	Reszelttézsztaleves, tavasi csirketomb, burgonya	Ránott leves, alma-karalábefözelék tej nélkül, virsli	pulykaraguleves, párolt pulykacomb,karfiolrözelék	Zellerkrémleves tejföl nélkül, tavasi sertéskocka,burgonya	Csontleves, burgonyafözelék tej nélkül,virsli	Tavaszileves, natúr tokány sárgarépa-fözelék
		Sötart: 6,9 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart: 4,4 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart: 4,3 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart: 5,9 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart: 5,8 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Sötart: 5,4 g Allergén: glutén, tojás, zeller	Sötart: 6,2 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár
Uzsonna		Almakompót, keksz	1 db gyümölcslé	1 db laktózmentes joghurt	Öszibarackbefűtő, keksz	Almakompót, keksz	1 db Laktózmentes joghurt	Almás-fahéjas kevert tm.
		Sötart: - g Allergén: -	Sötart: - g Allergén: -	Sötart: - g Allergén: -	Sötart: - g Allergén: -	Sötart: - g Allergén: -	Sötart: - g Allergén: -	Sötart: - g Allergén: glutén, tej, tojás
Vacsora		Párolt hal, párolt zöldség, 2,5 dl tea	Párolt hús, alma-zellerfözelék tej nélkül, 2,5 dl tea	Párolt csirketomb, brokkoli-fözelék, 2,5 dl tea	Tökfözelék tejföl nélkül, virsli, víz	Párolt hús, sárgarépa-fözelék, 2,5 dl tea	Párolt csirketomb, párolt zöldség, 2,5 dl tea	Tejbédara laktózmentes tejból, kakaó szórát, 2,5 dl tea
		Napi össz. kalória: 2426,6280 kcal	Napi össz. kalória: 2086,5910 kcal	Napi össz. kalória: 2046,9760 kcal	Napi össz. kalória: 2493,5500 kcal	Napi össz. kalória: 3073,0580 kcal	Napi össz. kalória: 2029,8460 kcal	Napi össz. kalória: 2718,0280 kcal

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk. 2025.06.25. Engedélyezem:

B1
diétás szakács

diétetikus

S. Györgyi
élelmezésvezető

intézményvezető

Ebéd típusok	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Normál:	Májgaluska leves, káposztás kocka, Sötart: 6.9 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Reszelttételeves, csirke ragu, rizs, cékla saláta Sötart: 4.4 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Tojásleves pásztortarhonya, fejes saláta Sötart: 4.3 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Pulykaraguleves, tűrős csusza Sötart: 5.8 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Zellerkrémleves, temesvári ragu, rizs Sötart: 6.1 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Csontleves, Sóskamártás, fött tojás, burgonya, 5 dkg kenyér Sötart: 5.4 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller	Tavaszileves, Hentes tokány csöltészta, Sötart: 6.2 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár
Diabetikus:	Májgaluska leves, káposztás kocka, Sötart: 6.9 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Reszelttételeves, csirke ragu, rizs, cékla saláta Sötart: 4.4 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Tojásleves pásztortarhonya, fejes saláta Sötart: 4.3 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Pulykaraguleves, tűrős csusza Sötart: 5.8 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Zellerkrémleves, temesvári ragu, rizs Sötart: 5.8 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Csontleves, Sóskamártás, fött tojás, burgonya, 5 dkg kenyér Sötart: 5.4 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller	Tavaszileves, Hentes tokány csöltészta, Sötart: 6.2 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár
Épes:	Májgaluska leves, ízes metélt, Reszelttételeves, tavaszí csirke, rizs Sötart: 6.7 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Rántott leves, Pásztortarhonya Sötart: 2.8 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Pulykaraguleves, diós metélt Sötart: 6.4 g Allergén: glutén, zeller, mustár	Zellerpüréleves, tavaszí sertéskocka, rizs Sötart: 5.9 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Csontleves, Burgonyafölzék tejföl nélkül, virsli, 5 dkg kenyér Sötart: 6.3 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Tavaszileves, Natur tokány csöltészta, Sötart: 5.7 g Allergén: glutén, zeller	
Diabos-epés:	Májgaluska leves, ízes metélt, Reszelttételeves, tavaszí csirke, rizs Sötart: 6.7 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Rántott leves, Pásztortarhonya Sötart: 2.8 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Pulykaraguleves, diós metélt Sötart: 6.4 g Allergén: glutén, zeller, mustár	Zellerpüréleves, tavaszí sertéskocka, rizs Sötart: 5.9 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Csontleves, Burgonyafölzék tejföl nélkül, virsli, 5 dkg kenyér Sötart: 5.1 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Tavaszileves, Natur tokány csöltészta, Sötart: 5.7 g Allergén: glutén, zeller	
Fekélybeteg:	Májgaluska leves, ízes metélt, Reszelttételeves, tavaszí csirke, rizs Sötart: 6.7 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Rántott leves, Pásztortarhonya Sötart: 2.8 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Pulykaraguleves, diós metélt Sötart: 6.4 g Allergén: glutén, zeller, mustár	Zellerpüréleves, tavaszí sertéskocka, rizs Sötart: 5.9 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Csontleves, Burgonyafölzék tejföl nélkül, virsli, 5 dkg kenyér Sötart: 5.1 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Tavaszileves, Natur tokány csöltészta, Sötart: 5.7 g Allergén: glutén, zeller	
Diabos fekélybeteg:	Májgaluska leves, ízes metélt, Reszelttételeves, tavaszí csirke, rizs Sötart: 6.7 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Rántott leves, Pásztortarhonya Sötart: 2.8 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Pulykaraguleves, diós metélt Sötart: 6.4 g Allergén: glutén, zeller, mustár	Zellerpüréleves, tavaszí sertéskocka, rizs Sötart: 5.9 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Csontleves, Burgonyafölzék tejföl nélkül, virsli, 5 dkg kenyér Sötart: 5.1 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Tavaszileves, Natur tokány csöltészta, Sötart: 5.7 g Allergén: glutén, zeller	
Gluténmentes:	Gm.Májgaluska leves, Gm.káposztás kocka, Sötart: 6.9 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Gm.Reszelttételeves, csirke ragu, rizs, cékla saláta Sötart: 4.4 g Allergén: tej, tojás, zeller, mustár	Gm.Tojásleves, Gm.pásztortarhonya fejes saláta Sötart: 4.3 g Allergén: tej, zeller, mustár	Pulykaraguleves, Gm.tűrős csusza Sötart: 4.3 g Allergén: tej, zeller, mustár	Gm.Zellerkrémleves, temesvári ragu, rizs Sötart: 5.8 g Allergén: tej, tojás, zeller, mustár	Gm.Csontleves, Gm.Sóskamártás, fött tojás, burgonya, 5 dkg gm.kenyér Sötart: 5.4 g Allergén: glutén, tojás, zeller	Gm.Tavaszileves, Gm. Hentes tokány csöltészta, Sötart: 6.2 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller
Tejmentes	Májgaluska leves, káposztás kocka, Sötart: 6.9 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Reszelttételeves, csirke ragu, rizs, cékla saláta Sötart: 4.4 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Tojásleves,pásztortarhonya, fejes saláta Sötart: 4.3 g Allergén: glutén, zeller, mustár	Pulykaraguleves, diós metélt Sötart: 5.9 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Zellerkrémleves tejföl nélkül, temesvári ragu tejföl nélkül, rizs Sötart: 5.8 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Csontleves, Sóskamártás tejföl nélkül, fött tojás, burgonya, 5 dkg kenyér Sötart: 5.4 g Allergén: glutén, tojás, zeller	Tavaszileves, Hentes tokány csöltészta, Sötart: 6.2 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller
Tejmentes-epés	Májgaluska leves, ízes metélt, Reszelttételeves, tavaszí csirke, rizs Sötart: 6.7 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Rántott leves, Pásztortarhonya Sötart: 2.8 g Allergén: glutén, zeller, mustár	Pulykaraguleves, diós metélt Sötart: 6.4 g Allergén: glutén, zeller, mustár	Zellerpüréleves, tavaszí sertéskocka, rizs Sötart: 5.9 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Csontleves, Burgonyafölzék tejföl nélkül, virsli, 5 dkg kenyér Sötart: 5.4 g Allergén: glutén, tojás, zeller	Tavaszileves, Natur tokány csöltészta, Sötart: 5.7 g Allergén: glutén, zeller	
Fehérjeszegény diabetikus:	Májgaluska leves, káposztás kocka, Sötart: 6.9 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Reszelttételeves, csirke ragu, rizs, cékla saláta Sötart: 2.8 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Tojásleves,pásztortarhonya,fejes saláta Sötart: 5.3 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Pulykaraguleves, tűrős csusza Sötart: 5.1 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Zellerkrémleves, temesvári ragu, rizs Sötart: 6.3 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Csontleves, Sóskamártás, fött tojás, burgonya, 5 dkg kenyér Sötart: 5.4 g Allergén: glutén, tojás, zeller	Tavaszileves, Hentes tokány csöltészta, Sötart: 6.6 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár
Coleszterin szegény:	Májgaluska leves, ízes metélt, Reszelttételeves, tavaszí csirke, rizs Sötart: 6.7 g Allergén: glutén, tej, tojás, zeller, mustár	Rántott leves, Pásztortarhonya Sötart: 2.8 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Pulykaraguleves, diós metélt Sötart: 6.4 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Zellerpüréleves, tavaszí sertéskocka, rizs Sötart: 5.9 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Csontleves, Burgonyafölzék tejföl nélkül, virsli, 5 dkg kenyér Sötart: 5.1 g Allergén: glutén, tojás, zeller, mustár	Tavaszileves, Natur tokány csöltészta, Sötart: 5.7 g Allergén: glutén, zeller	

Az étel változtatás jogát fenntartjuk. 2025.06.25. Engedélyezem:



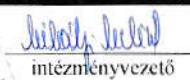
diétás szakács



dietetikus



élelmezésvezető



intézményvezető