

16. hét 2026.04.13-04.17

**ALLERGÉN KÓD:**

1-glutén, 2-rák, 3-tojás, 4-hal, 5-földimogyoró, 6-szója, 7-tejtermék, laktóz, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szezám, 12-kéndioxid-szulfid, 13-csillagfürt, 14-puhatestűek, 15-mesterséges édesítőszer, 16-édesgyökér

(Nyomokban tartalmazhat!)

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>										
<b>TÍZÓRAI</b>	<b>TEJ RONGYOS KIFLI</b>	<b>CITROMOS TEA LIBAZSÍROS TK. KENYÉR ZÖLDHAGYMA</b>	<b>TEJESKÁVÉ KALÁCS</b>	<b>GYÜMÖLCSTEA FŐTT CSÁSZÁRSZALONNA TK. KENYÉR PARADICSOM</b>	<b>CSIPKETE TOJÁSKRÉMES TK. KENYÉR KÁPIA PAPRIKA</b>										
	energia: 300 Kcal szénhidrát: 40 g	fehérje: 5 g cukor: 1,4 g	zsír / telített zs.: 40 g / g só: 0,02 g	energia: 260 Kcal szénhidrát: 35 g	fehérje: 6 g cukor: 2 g	zsír / telített zs.: 40 g / g só: 0,030,04 g	energia: 280 Kcal szénhidrát: 40 g	fehérje: 4 g cukor: 1 g	zsír / telített zs.: 45 g / g só: 1 g	energia: 290 Kcal szénhidrát: 30 g	fehérje: 6 g cukor: 1,4 g	zsír / telített zs.: 45 g / g só: 1 g			
	Allergének: ● 1. 3. 6. 7.			Allergének: ● 1.			Allergének: ● 1. 3. 7.			Allergének: ● 1.			Allergének: ● 1. 3. 7.		
<b>EBÉD</b>	<b>KARALÁBÉ LEVES VADAS CSIRKEPRÓ TÉSZTA</b>	<b>TOJÁSLEVES PARADICSOMOS KÁPOSZTA VAGDALT</b>	<b>ZÖLDSÉGKRÉMLEVES PIRÍTOTT CSIRKEMÁJ PETREZSELYMES BURGONYA CSALAMÁDÉ</b>	<b>CSONTLEVES CITROMOS HALFILÉ PÁROLT RIZS</b>	<b>GYÖNGYBAB LEVES TÚRÓS TÉSZTA</b>										
	energia: 930 Kcal szénhidrát: 70 g	fehérje: 20 g cukor: 2 g	zsír / telített zs.: 40 g / g só: 1,5 g	energia: 890 Kcal szénhidrát: 65 g	fehérje: 25 g cukor: 2 g	zsír / telített zs.: 40 g / g só: 1,2 g	energia: 940 Kcal szénhidrát: 60 g	fehérje: 35 g cukor: 1,5 g	zsír / telített zs.: 40 g / g só: 1 g	energia: 930 Kcal szénhidrát: 50 g	fehérje: 30 g cukor: 3 g	zsír / telített zs.: 35 g / g só: 0,05 g	energia: 945 Kcal szénhidrát: 45 g	fehérje: 25 g cukor: 3 g	zsír / telített zs.: 45 g / g só: 0,05 g
	Allergének: ● 1. 3. 7. 9. 10.			Allergének: ● 1. 3. 9.			Allergének: ● 1. 7. 9. 12.			Allergének: ● 1. 3. 4. 9.			Allergének: ● 1. 3. 7. 9.		
<b>UZSONNA</b>	<b>ZÖLDSÉGES FELVÁGOTT MARGARIN TK. ZSEMLE</b>	<b>FAHÉJAS CSIGA</b>	<b>GYÜMÖLCSJOGHURT</b>	<b>SAJT ROZS KIFLI</b>	<b>ALMA POGÁCSA</b>										
	energia: 290 Kcal szénhidrát: 15 g	fehérje: 8 g cukor: g	zsír / telített zs.: 40 g / g só: 0,02 g	energia: 310 Kcal szénhidrát: 25 g	fehérje: 8 g cukor: 1,2 g	zsír / telített zs.: 35 g / g só: 0,03 g	energia: 290 Kcal szénhidrát: 30 g	fehérje: 6 g cukor: 1,5 g	zsír / telített zs.: 25 g / g só: 0,1 g	energia: 290 Kcal szénhidrát: 30 g	fehérje: 7 g cukor: 1 g	zsír / telített zs.: 35 g / g só: 0,02 g	energia: 270 Kcal szénhidrát: 5,7 g	fehérje: 0,7g cukor: 4,9g	zsír / telített zs.: 0,3g / g só: 0 g
	Allergének: ● 1. 7.			Allergének: ● 1. 3. 6. 7.			Allergének: ● 7.			Allergének: ● 1. 7.			Allergének: ● 1. 3. 7.		

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

17. hét 2026.04.20-04.24

**ALLERGÉN KÓD:**

1-glutén, 2-rák, 3-tojás, 4-hal, 5-földimogyoró, 6-szója, 7-tejtermék, laktóz, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szezám, 12-kéndioxid-szulfid, 13-csillagfürt, 14-puhatestűek, 15-mesterséges édesítőszer, 16-édesgyökér  
(Nyomokban tartalmazhat!)

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>TÍZÓRAI</b>	TEJ KIFLI	LIMONÁDÉ KRINOLIN MUSTÁR TK. KENYÉR	KARAMELLÁSTEJ BARACK LEKVÁROS KENYÉR	MÁLNATEA TÖKMAGVAS VAJKRÉMES TK. KENYÉR PARADICSOM	ERDEI GYÜMÖLCSTEA SAJTKRÉMES ROZSKENYÉR KÁPIA PAPRIKA
	energia: 300 Kcal szénhidrát: 40 g fehérje: 5 g cukor: 1,4 g zsír / telített zs.: 40 g / g só: 0,02 g	energia: 290 Kcal szénhidrát: 40 g fehérje: 6 g cukor: 1,5 g zsír / telített zs.: 45 g / g só: 0,03 g	energia: 260 Kcal szénhidrát: 35 g fehérje: 6 g cukor: 2 g zsír / telített zs.: 40 g / g só: 0,030,04 g	energia: 280 Kcal szénhidrát: 40 g fehérje: 4 g cukor: 1 g zsír / telített zs.: 45 g / g só: 1 g	energia: 290 Kcal szénhidrát: 30 g fehérje: 6 g cukor: 1,4 g zsír / telített zs.: 45 g / g só: 1 g
	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 10.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 7.
<b>EBÉD</b>	PARADICSOM LEVES CSIRKE BRASSÓI KOCKA SÜLT BURGONYA CSEMEGE UBORKA	HÚSGOMBÓC LEVES SÓSKAMÁRTÁS BÉLSZÍNROLO	TEJFÖLŐS KARFIOLLEVES SERPENYŐSBURGONYA VIRSLIVEL CSALAMÁDÉ	MEGGYLEVES VAJAS SÜLT CSIRKE COMB ZÖLDSÉGES BULGUR	ZÖLDSÉGLEVES RÁNTOTT HALFILÉ PÁROLT RIZS TARTÁR MÁRTÁS
	energia: 930 Kcal szénhidrát: 70 g fehérje: 20 g cukor: 2 g zsír / telített zs.: 40 g / g só: 1,5 g	energia: 890 Kcal szénhidrát: 65 g fehérje: 25 g cukor: 2 g zsír / telített zs.: 40 g / g só: 1,2 g	energia: 940 Kcal szénhidrát: 60 g fehérje: 35 g cukor: 1,5 g zsír / telített zs.: 40 g / g só: 1 g	energia: 930 Kcal szénhidrát: 50 g fehérje: 30 g cukor: 3 g zsír / telített zs.: 35 g / g só: 0,05 g	energia: 945 Kcal szénhidrát: 45 g fehérje: 25 g cukor: 3 g zsír / telített zs.: 45 g / g só: 0,05 g
	Allergének: ● 1. 9.	Allergének: ● 1. 3. 7. 9.	Allergének: ● 1. 7. 12.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 3. 4. 7. 9. 10.
<b>UZSONNA</b>	GYÜMÖLCSJOGHURT	HEVESI CSÁSZÁR ZSEMLE MARGARIN PÁRIZSI RETEK	TK. GYÜMÖLCSÖS CROISSANT	KAKAÓS PUDING VANÍLIA ÍZŰ ÖNTETTEL	EPER
	energia: 290 Kcal szénhidrát: 15 g fehérje: 8 g cukor: g zsír / telített zs.: 40 g / g só: 0,02 g	energia: 310 Kcal szénhidrát: 25 g fehérje: 8 g cukor: 1,2 g zsír / telített zs.: 35 g / g só: 0,03 g	energia: 290 Kcal szénhidrát: 30 g fehérje: 6 g cukor: 1,5 g zsír / telített zs.: 25 g / g só: 0,1g	energia: 290 Kcal szénhidrát: 30 g fehérje: 7 g cukor: 1 g zsír / telített zs.: 35 g / g só: 0,02 g	energia: 270 Kcal szénhidrát: 5,7 g fehérje: 0,7g cukor: 4,9g zsír / telített zs.: 0,3g / g só: 0 g
	Allergének: ● 7.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 3. 7.	Allergének: ● 7.	Allergének: ●

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!