

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
TÍZÓRAI	TEJ CSOKIS GABONAGOLYÓ	CITROMOS TEA KENŐMÁJAS TK. KENYÉR PÓRÉHAGYMA	GYÜMÖLCSTEA MARGARINOS MÉZES TK. KENYÉR	CSIPKETEÁ LIBAZSÍROS KENYÉR PARADICSOM	PISZTÁCIÁS SHAKE MARGARIN TK. ZSEMLE
	energia: 300 Kcal szénhidrát: 40 g fehérje: 5 g zsír / telített zs.: 40 g / g cukor: 1,4 g só: 0,02 g	energia: 290 Kcal szénhidrát: 40 g fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 45 g / g cukor: 1,5 g só: 0,03 g	energia: 260 Kcal szénhidrát: 35 g fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 40 g / g cukor: 2 g só: 0,030,04 g	energia: 280 Kcal szénhidrát: 40 g fehérje: 4 g zsír / telített zs.: 45 g / g cukor: 1,g só: 1 g	energia: 290 Kcal szénhidrát: 30 g fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 45 g / g cukor: 1,4 g só: 1 g
	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1.	Allergének: ● 1. 7.
EBÉD	ZÖLDSÉG LEVES TEMESVÁRI SERTÉSTOKÁNY PÁROLT RIZS	RESZELT TÉSZTA LEVES PARADICSOM MÁRTÁS HÚSGOMBÓC BURGONYA	FAHÉJAS ALMAKRÉM LEVES RÁNTOTT SERTÉS SZELET FRANCIA SALÁTA	TARHONYA LEVES GOMBÁS CSIRKE APRÓ PÁROLT RIZS	HALÁSZLÉ ALMÁSRETES
	energia: 930 Kcal szénhidrát: 70 g fehérje: 20 g zsír / telített zs.: 40 g / g cukor: 2 g só: 1,5 g	energia: 890 Kcal szénhidrát: 65 g fehérje: 25 g zsír / telített zs.: 40 g / g cukor: 2 g só: 1,2 g	energia: 940 Kcal szénhidrát: 60 g fehérje: 35 g zsír / telített zs.: 40 g / g cukor: 1,5 g só: 1 g	energia: 930 Kcal szénhidrát: 50 g fehérje: 30 g zsír / telített zs.: 35 g / g cukor: 3 g só: 0,05 g	energia: 945 Kcal szénhidrát: 45 g fehérje: 25 g zsír / telített zs.: 45 g / g cukor: 3 g só: 0,05 g
	Allergének: ● 1. 7. 9.	Allergének: ● 1. 3. 9.	Allergének: ● 1. 3. 7.	Allergének: ● 1. 3. 9.	Allergének: ● 1. 3. 4. 7.
UZSONNA	RIZSKORONG	KORPÁS ZSEMLE LÖNCSHÚS MARGARIN PAPRIKA	MILK BURGER TEJJEL ÉS KAKAÓVAL	KEFÍR KIFLI	NARANCS
	energia: 290 Kcal szénhidrát: 15 g fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 40 g / g cukor: g só: 0,02 g	energia: 310 Kcal szénhidrát: 25 g fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 35 g / g cukor: 1,2 g só: 0,03 g	energia: 290 Kcal szénhidrát: 30 g fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 25 g / g cukor: 1,5 g só: 0,1g	energia: 290 Kcal szénhidrát: 30 g fehérje: 7 g zsír / telített zs.: 35 g / g cukor: 1 g só: 0,02 g	energia: 270 Kcal szénhidrát: 5,7 g fehérje: 0,7g zsír / telített zs.: 0,3g / g cukor: 4,9g só: 0 g
	Allergének: ● 7.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 3. 7.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének:

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

7. hét 2026.02.09-02.13

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
TÍZÓRAI	TEJ KIFLI	TEJESKÁVÉ LEKVÁROS BUKTA	CITROMOS TEA SÁRGARÉPÁS VAJKRÉMES TK. KENYÉR	GYÜMÖLCSÖS TEA SZENDVICSTÚRÓKRÉM TK. KENYÉR PAPRIKA	TEJ KAKAÓS FATÖRZS
	energia: 300 Kcal szénhidrát: 40 g	energia: 290 Kcal szénhidrát: 40 g	energia: 260 Kcal szénhidrát: 35 g	energia: 280 Kcal szénhidrát: 40 g	energia: 290 Kcal szénhidrát: 30 g
	fehérje: 5 g cukor: 1,4 g	fehérje: 6 g cukor: 1,5 g	fehérje: 6 g cukor: 2 g	fehérje: 4 g cukor: 1 g	fehérje: 6 g cukor: 1,4 g
	zsír / telített zs.: 40 g / g só: 0,02 g	zsír / telített zs.: 45 g / g só: 0,03 g	zsír / telített zs.: 40 g / g só: 0,030,04 g	zsír / telített zs.: 45 g / g só: 1 g	zsír / telített zs.: 45 g / g só: 1 g
EBÉD	ZÖLDSÉGKRÉM LEVES BOLOGNAI SPAGETTI	SZILVA LEVES RÁNTOTT SAJT PÁROLT RIZS TARTÁR MÁRTÁS	CSONT LEVES MUSTÁROS SERTÉS SZELET PETREZSELYMES SÓS BURGONYA	TOJÁSLEVES ZÜLDBABFŐZELÉK PULYKACOMB APRÓ	NYÍRSÉGI GOMBÓC LEVES (húsmentes) CSOKIS FÁNK
	energia: 930 Kcal szénhidrát: 70 g	energia: 890 Kcal szénhidrát: 65 g	energia: 940 Kcal szénhidrát: 60 g	energia: 930 Kcal szénhidrát: 50 g	energia: 945 Kcal szénhidrát: 45 g
	fehérje: 20 g cukor: 2 g	fehérje: 25 g cukor: 2 g	fehérje: 35 g cukor: 1,5 g	fehérje: 30 g cukor: 3 g	fehérje: 25 g cukor: 3 g
	zsír / telített zs.: 40 g / g só: 1,5 g	zsír / telített zs.: 40 g / g só: 1,2 g	zsír / telített zs.: 40 g / g só: 1 g	zsír / telített zs.: 35 g / g só: 0,05 g	zsír / telített zs.: 45 g / g só: 0,05 g
UZSONNA	TÖKMAGVAS KOCKA	SAJT TK. KIFLI	GYÜMÖLCSÖS JOGHURT	ZSEMLE MARGARIN SONKA UBORKA	BANÁN
	energia: 290 Kcal szénhidrát: 15 g	energia: 310 Kcal szénhidrát: 25 g	energia: 290 Kcal szénhidrát: 30 g	energia: 290 Kcal szénhidrát: 30 g	energia: 270 Kcal szénhidrát: 5,7 g
	fehérje: 8 g cukor: g	fehérje: 8 g cukor: 1,2 g	fehérje: 6 g cukor: 1,5 g	fehérje: 7 g cukor: 1 g	fehérje: 0,7g cukor: 4,9g
	zsír / telített zs.: 40 g / g só: 0,02 g	zsír / telített zs.: 35 g / g só: 0,03 g	zsír / telített zs.: 25 g / g só: 0,1g	zsír / telített zs.: 35 g / g só: 0,02 g	zsír / telített zs.: 0,3g / g só: 0 g
	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 3. 6. 7.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 3. 7.
	Allergének: ● 1. 3. 7. 9.	Allergének: ● 1. 3. 7. 10.	Allergének: ● 1. 3. 9. 10.	Allergének: ● 1. 3. 7.	Allergének: ● 1. 3. 7. 9.
	Allergének: ● 1. 6.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 7.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének:

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

8. hét 2026.02.16-02.20

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
TÍZÓRAI	TEJ TK. ROLL KIFLI	GYÜMÖLCSTEA SÜLT HÚS ÍZŰ ZSÍR TK. KENYÉR RETEK	CITROMOS TEA TOJÁSKRÉMES KENYÉR ZÖLDHAGYMA	VANÍLIÁSTEJ FONOTT KALÁCS	GYÜMÖLCSTEA SAJTKRÉMES TK. KENYÉR 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.	Allergének: ● 1. 3. 7.	Allergének: ● 1. 3. 7.	Allergének: ● 1. 7.
EBÉD	ZÖLDBORSÓ LEVES PAPRIKÁS CSIRKEMELL APRÓ TÉSZTA	LEBBENCSSLEVES TÖKFŐZELÉK SERTÉSPÖRKÖLT	ZÖLDSÉG LEVES VEGÁN SERPENYŐS BURGONYA CSEMEGEUBORKA	PARADICSOMLEVES TÖLTÖTT CSIRKECOMB PETREZSELYMES RIZS	TEJFÖLÖS SAVANYÚKÁPOSZTA LEVES MÁKKRÉMMEL TÖLTÖTT NUDLI
	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.	Allergének: ● 1. 3. 7. 9.	Allergének: ● 1. 3. 6. 9. 12.	Allergének: ● 1. 3. 7.	Allergének: ● 1. 3. 7.
UZSONNA	ZSEMLE MARGARIN SZENDVICS SONKA UBORKA	CSOKIS KONTY	TÚRÓRUDI KEKSZ	TK. GYÜMÖLCSÖS CROISSANT	ALMA SAJTOS RUDACSKA
	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: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 6. 7.	Allergének: ● 1. 6. 7. 12.	Allergének: ● 1. 3. 7.	Allergének: ● 1. 3. 6 7. 11.

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

9. hét 2026.02.23-02.27

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-csillagfűrt, 14-puhatestűek, 15-mesterséges édesítőszer, 16-édesgyökér
(Nyomokban tartalmazhat!)

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
TÍZÓRAI	TEJ ÍZESLEVÉL	CSIPKETE KENŐMÁJAS TK. KENYÉR UBORKA	TEJESKÁVÉ VAJAS-MÉZES KENYÉR	GYÜMÖLCSTEA KÖRÖZÖTTES TK. KENYÉR KÁPIA PAPRIKA	CITROMOSTEA PETREZSELYMES VAJKRÉM KORPÁS KENYÉR
	energia: 300 Kcal szénhidrát: 40 g	energia: 290 Kcal szénhidrát: 40 g	energia: 260 Kcal szénhidrát: 35 g	energia: 280 Kcal szénhidrát: 40 g	energia: 290 Kcal szénhidrát: 30 g
	fehérje: 5 g cukor: 1,4 g	fehérje: 6 g cukor: 1,5 g	fehérje: 6 g cukor: 2 g	fehérje: 4 g cukor: 1 g	fehérje: 6 g cukor: 1,4 g
	zsír / telített zs.: 40 g / g só: 0,02 g	zsír / telített zs.: 45 g / g só: 0,03 g	zsír / telített zs.: 40 g / g só: 0,030,04 g	zsír / telített zs.: 45 g / g só: 1 g	zsír / telített zs.: 45 g / g só: 1 g
	Allergének: ● 1. 3. 6. 7.	Allergének: ● 1.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 7.
EBÉD	PALÓC LEVES DEJÓS TÉSZA	ÁRPAGYÖNGYLEVES PARADICSOMOS KÁPOSZTA FASÍROZOTT	DARAGALUSKA LEVES ALMÁS CSIRKEAPRÓ PÁROLT RIZS	TEJFÖLÖS KARFIOL LEVES HENTES SERTÉS SZELET TARHONYA	MEGGY LEVES RÁNOTT HAL MAJONÉZES BURGONYA SALÁTA
	energia: 930 Kcal szénhidrát: 70 g	energia: 890 Kcal szénhidrát: 65 g	energia: 940 Kcal szénhidrát: 60 g	energia: 930 Kcal szénhidrát: 50 g	energia: 945 Kcal szénhidrát: 45 g
	fehérje: 20 g cukor: 2 g	fehérje: 25 g cukor: 2 g	fehérje: 35 g cukor: 1,5 g	fehérje: 30 g cukor: 3 g	fehérje: 25 g cukor: 3 g
	zsír / telített zs.: 40 g / g só: 1,5 g	zsír / telített zs.: 40 g / g só: 1,2 g	zsír / telített zs.: 40 g / g só: 1 g	zsír / telített zs.: 35 g / g só: 0,05 g	zsír / telített zs.: 45 g / g só: 0,05 g
	Allergének: ● 1. 3. 7. 9.	Allergének: ● 1. 3. 9.	Allergének: ● 1. 3. 9.	Allergének: ● 1. 3. 7.	Allergének: ● 1. 3. 7. 10.
UZSONNA	KORPÁS ZSEMLE MARGARIN CSEMEGE SZALÁMI PAPRIKA	PIZZÁS CSIGA	SAJT TK. KIFLI	GYÜMÖLCSÖS JOGHURT	NARANCS
	energia: 290 Kcal szénhidrát: 15 g	energia: 310 Kcal szénhidrát: 25 g	energia: 290 Kcal szénhidrát: 30 g	energia: 290 Kcal szénhidrát: 30 g	energia: 270 Kcal szénhidrát: 5,7 g
	fehérje: 8 g cukor: g	fehérje: 8 g cukor: 1,2 g	fehérje: 6 g cukor: 1,5 g	fehérje: 7 g cukor: 1 g	fehérje: 0,7g cukor: 4,9g
	zsír / telített zs.: 40 g / g só: 0,02 g	zsír / telített zs.: 35 g / g só: 0,03 g	zsír / telített zs.: 25 g / g só: 0,1g	zsír / telített zs.: 35 g / g só: 0,02 g	zsír / telített zs.: 0,3g / g só: 0 g
	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 3. 6. 7.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 7.	Allergének:

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!