

2. hét 2026.01.05-09

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 CSOKIS GABONAGOLYÓ	CITROMOS TEA FŐTT CSÁSZÁRSZALONNA PARADICSOM TK. KENYÉR	KAKAÓ KALÁCS	GYÜMÖLCSTEA LIBAZSÍROS TK. KENYÉR PÓRÉHAGYMA	CSIPKETEÁ TONHALKRÉMES TK. KENYÉR CITROM
	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 300 Kcal 5 g 40 g / g szénhidrát: cukor: só: 40 g 1,4 g 0,02 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 290 Kcal 6 g 45 g / g szénhidrát: cukor: só: 40 g 1,5 g 0,03 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 260 Kcal 6 g 40 g / g szénhidrát: cukor: só: 35 g 2 g 0,030,04 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 280 Kcal 4 g 45 g / g szénhidrát: cukor: só: 40 g 1, g 1 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 290 Kcal 6 g 45 g / g szénhidrát: cukor: só: 30 g 1,4 g 1 g
	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1.	Allergének: ● 1. 4. 7.
EBÉD	ZÖLDSÉGLEVES MILÁNÓI MAKARÓNI	TOJÁSLEVES FEJTŐBABFŐZELÉK FASÍROZOTT	TEJFÖLŐS KARFIOL LEVES SERPENYŐS BURGONYA VIRSLIVEL CSEMEGE UBORKA	CSONTLEVES LECSÓS SERTÉS SZELET PÁROLT RIZS	HAMIS GULYÁS LEVES TÚRÓS TÉSZTA
	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 940 Kcal 20 g 40 g / g szénhidrát: cukor: só: 70 g 2 g 1,5 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 920 Kcal 25 g 40 g / g szénhidrát: cukor: só: 65 g 2 g 1,2 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 940 Kcal 35 g 40 g / g szénhidrát: cukor: só: 60 g 1,5 g 1 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 930 Kcal 30 g 35 g / g szénhidrát: cukor: só: 50 g 3 g 0,05 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 945 Kcal 25 g 45 g / g szénhidrát: cukor: só: 45 g 3 g 0,05 g
	Allergének: ● 1. 3. 7. 9.	Allergének: ● 1. 3. 7.	Allergének: ● 1. 7. 12	Allergének: ● 1. 9.	Allergének: ● 1. 3. 7. 9.
UZSONNA	PÁRIZSI MARGARIN KORPÁS ZSEMLE PAPRIKA	TÚRÓRUDI KEKSZ	TK. GYÜMÖLCSÖS PÁRNA	KAKAÓS CSIGA	BANÁN
	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 280 Kcal 8 g 40 g / g szénhidrát: cukor: só: 15 g g 0,02 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 310 Kcal 8 g 35 g / g szénhidrát: cukor: só: 25 g 1,2 g 0,03 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 290 Kcal 6 g 25 g / g szénhidrát: cukor: só: 30 g 1,5 g 0,1g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 290 Kcal 7 g 35 g / g szénhidrát: cukor: só: 30 g 1 g 0,02 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 270 Kcal 0,7g 0,3g / g szénhidrát: cukor: só: 5,7 g 4,9g 0 g
	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 6. 7. 12.	Allergének: ● 1. 3. 7.	Allergének: ● 1. 3. 6. 7.	Allergének:

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

3. hét 2026.01.12-16

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 ÍZESBUKTA	CITROMOS TEA KENŐMÁJAS PARADICSOM TK. KENYÉR	BANÁN SHAKE VAJAS – MÉZES TK. KENYÉR	GYÜMÖLCSTEA MARGARIN ZSEMLE	CSIPKETEÁ SÁRGARÉPÁS VAJKRÉMES TK. KENYÉR
	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. 3. 6. 7.	Allergének: ● 1.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 7.
EBÉD	TEJFÖLÖS ZÖLDBABLEVES HENTES TOKÁNY TARHONYA	RESZELTTÉSZTA LEVES SÁRGABORSÓFŐZELÉK SERTÉSPÖRKÖLT	DARAGALUSKA LEVES ALMÁS CSIRKEMELL APRÓ PÁROLT RIZS	FAHÉJAS SZILVALEVES RÁNTOTT SERTÉS SZELET CORN FLAKES BUNDÁBAN PETREZSELMYES SÓS BURGNYA CSALAMÁDÉ	ZÖLDBORSÓLEVES SAJTOS-TEJFÖLÖS SPAGETTI
	energia: 940 Kcal szénhidrát: 70 g fehérje: 20 g zsír / telített zs.: 40 g / g cukor: 2 g só: 1,5 g	energia: 920 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. 3. 7. 9.	Allergének: ● 1. 3. 9.	Allergének: ● 1. 3. 9.	Allergének: ● 1. 3. 7.	Allergének: ● 1. 3. 7. 9.
UZSONNA	CSIRKEMELL SONKA MARGARIN ZSEMLE PAPRIKA	GYÜMÖLCSÖS GRÍZPUDING	CSOKIS KONTY	SAJT TK. KIFLI	NARANCS
	energia: 280 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: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 6. 7.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének:

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

4. hét 2026.01.19-01.23

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 BRIÓS	CITROMOS TEA SAJTKRÉMES TK. KENYÉR TV. PAPRIKA	GYÜMÖLCSTEA KRINOLIN MUSTÁR TK. KENYÉR	KAKAÓ GOFRI	CSIPKETEÁ ZÖLDFÜSZERES VAJKRÉM KÁPIA PAPRIKA
	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. 3. 7.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 10.	Allergének: ● 1. 3. 6. 7.	Allergének: ● 1. 7.
EBÉD	FOKHAGYMAKRÉMLEVES PIRÍTOTT KENYÉR KOCKA MEXIKÓI CSIRKEAPRÓ BULGUR	CSONTLEVES MEGGYMÁRTÁS CSIRKE COMBFILÉ	LEGÉNYFOGÓLEVES GRÍZES TÉSZTA GYÜMÖLCS ÍZZEL	SÜTŐTÖK KRÉMLEVES ROSTON CSIRKEMELL FILÉ PÁROLT ZÖLDSÉG PÁROLT RIZS	PARADICSOMLEVES PANÍROZOTT HALRUDACSKA SÓSBURGONYA TARTÁR MÁRTÁS
	energia: 940 Kcal szénhidrát: 70 g fehérje: 20 g zsír / telített zs.: 40 g / g cukor: 2 g só: 1,5 g	energia: 920 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. 7. 9.	Allergének: ● 1. 3. 7. 9.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 3. 4. 7. 10.
UZSONNA	OLASZ FELVÁGOTT MARGARIN TK. ZSEMLE UBORKA	KAKAÓKRÉMES TÖLTÖTT KUKORICA RÚD	PIZZÁS CSIGA	TÚRÓRUDI KEKSZ	MANDARIN
	energia: 280 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: ● 1. 7.	Allergének: ● 6. 7.	Allergének: ● 1. 3. 6. 7.	Allergének: ● 1. 6. 7. 12.	Allergének:

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!