

19. hét 2026.05.04-05.08

**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 VAJAS-MÉZES KENYÉR	LIMONÁDÉ LIBAZSÍROS KENYÉR PARADICSOM	GYÜMÖLCSTEA HOT-DOG KETCHUP	PISZTÁCIÁS SHAKE VAJAS KUKORICÁS KENYÉR PRITAMIN PAPRIKA	ERDEI GYÜMÖLCSTEA TONHALKRÉMES TK. KENYÉR CITROM
	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.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 4. 7.
<b>EBÉD</b>	ZÖLDSÉGES BURGONYALEVES SPAGETTI CARBONARA	MÁJGALUSKALEVES SÁRGABORSÓ FŐZELÉK SERTÉSPÖRKÖLT	CSONTLEVES TEJSZÍNES KUKORICÁS CSIRKERAGU PÁROLT RIZS	BROKKOLIKRÉMLEVES LEVES GYÖNGY TARHONYÁS SERTÉSHÚS CSALAMÁDÉ	OLASZ ZÖLDSÉGLEVES TEJBEDARA KAKAÓS SZÓRATTAL
	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. 3. 7. 9.	Allergének: ● 1. 3. 9.	Allergének: ● 1. 3. 7. 9.	Allergének: ● 1. 3. 7.	Allergének: ● 1. 3. 7. 9.
<b>UZSONNA</b>	MILKIMO TEJSZELET	ZALA FELVÁGOTT MARGARIN ROZSOS ZSEMLE PAPRIKA	TK. KAKAÓS CSIGA	TÚRÓRUDI KEKSZ	EPER
	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: ● 1. 3. 6. 7.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 3. 7.	Allergének: ● 1. 6. 7. 12.	Allergének: ●

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

20. hét 2026.05.11-05.15

**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	GYÜMÖLCSTEA TEPERTŐKRÉMES TK. KENYÉR PÓRÉHAGYMA	KAKAÓ KALÁCS	HIBISZKUSZ TEA ZÖLDFÜSZERES VAJKRÉMES ROZSOS ZSEMLE	CITROMOS TEA SAJTKRÉMES TK. KENYÉR PRITAMIN PAPRIKA
	energia: 300 Kcal fehérje: 5 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 40 g cukor: 1,4 g só: 0,02 g	energia: 290 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 40 g cukor: 1,5 g só: 0,03 g	energia: 260 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 35 g cukor: 2 g só: 0,030,04 g	energia: 280 Kcal fehérje: 4 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 40 g cukor: 1 g só: 1 g	energia: 290 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 30 g cukor: 1,4 g só: 1 g
	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1.	Allergének: ● 1. 3. 7.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 7.
<b>EBÉD</b>	ZÖLDBORSÓLEVES PAPRIKÁS SERTÉSAPRÓ TÉSZTA	TARHONYALEVES TÖKFŐZELÉK SERTÉSPÖRKÖLT	GYÜMÖLCSLEVES MANDULÁS CSIRKEMELLFILÉ PÁROLT RIZS	CSONTLEVES RÁNTOTT SERTÉS SZELET MAJONÉZES KUKORICA SALÁTA	TEJFÖLÖS FEJTŐBABLEVES GRÍZES TÉSZTA GYÜMÖLCS ÍZZEL
	energia: 930 Kcal fehérje: 20 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 70 g cukor: 2 g só: 1,5 g	energia: 890 Kcal fehérje: 25 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 65 g cukor: 2 g só: 1,2 g	energia: 940 Kcal fehérje: 35 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 60 g cukor: 1,5 g só: 1 g	energia: 930 Kcal fehérje: 30 g zsír / telített zs.: 35 g / g szénhidrát: 50 g cukor: 3 g só: 0,05 g	energia: 945 Kcal fehérje: 25 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 45 g cukor: 3 g só: 0,05 g
	Allergének: ● 1. 3. 7. 9.	Allergének: ● 1. 3. 7. 9.	Allergének: ● 1. 7. 9.	Allergének: ● 1. 3. 7. 9 10.	Allergének: ● 1. 3. 7.
<b>UZSONNA</b>	CSOKIS KONTY	NAPZSEMLE MARGARIN CSIRKEMELL SONKA UBORKA	MÁLNÁS JOGHURT KIFLI	ZOTT MONTE SZELET	BANÁN
	energia: 290 Kcal fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 15 g cukor: g só: 0,02 g	energia: 310 Kcal fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 35 g / g szénhidrát: 25 g cukor: 1,2 g só: 0,03 g	energia: 290 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 25 g / g szénhidrát: 30 g cukor: 1,5 g só: 0,1g	energia: 290 Kcal fehérje: 7 g zsír / telített zs.: 35 g / g szénhidrát: 30 g cukor: 1 g só: 0,02 g	energia: 270 Kcal fehérje: 0,7g zsír / telített zs.: 0,3g / g szénhidrát: 5,7 g cukor: 4,9g só: 0 g
	Allergének: ● 1. 6. 7.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 6. 7.	Allergének: ●

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

21. hét 2026.05.18-05.22

**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 KAKAÓS FATÖRZS	CITROMOS TEA KENŐMÁJAS PARADICSOMOS TK. KENYÉR	ERDEI GYÜMÖLCS TEA VANÍLIÁS TÚRÓKRÉMES TK. KENYÉR	LIMONÁDÉ VAJAS ZSEMLE RESZELT SAJT PAPRIKA	MÁLNA TEA TOJÁSKRÉMES TK. KENYÉR PRITAMIN 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.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 3. 7.
<b>EBÉD</b>	TEJFÖLÖS GOMBALEVES ZÖLDSÉGES RIZSESHÚS	LEBBENC S LEVES PARADICSOMOSKÁPOSZTA FASÍROZOTT	FRANKFURTI LEVES DEJÓS TÉSZTA	FOKHAGYMAKRÉMLEVES BRASSÓI CSIRKEAPRÓ KOCKA SÜLT BURGONYA	DARAGALUSKA LEVES HARCSAPAPRIKÁS TÉSZTA
	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. 3. 7.	Allergének: ● 1. 3. 9.	Allergének: ● 1. 3. 7. 9.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 3. 4. 7. 9.
<b>UZSONNA</b>	JOGOBELLA LIGHT GYÜMÖLCS JOGHURT	ALMÁS FONOTT	MÁJUSI CSEMEGE FELVÁGOTT MARGARIN ZSEMLE UBORKA	HABOS PUDING	EPER
	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. 3. 7.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 7.	Allergének: ●

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

22. hét 2026.05.25-05.29

**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 CSOKIS GABONAGOLYÓ</b>	<b>LIMONÁDÉ FŐTT CSÁSZÁR SZALONNA TK. KENYÉR PARADICSOM</b>		<b>CSIPKETEÁ TÖKMAGVAS VAJKRÉMES TK. KENYÉR</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: 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: ●	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1.	Allergének: ●	Allergének: ● 1. 7.										
<b>EBÉD</b>		<b>TARHONYALEVES ZÖLDBABFŐZELÉK PULYKAAPRÓ</b>	<b>ZÖLDBORSÓ LEVES CSIKÓS TOKÁNY TÉSZTA</b>		<b>ZÖLDSÉGKRÉMLEVES BURGONYÁS TÉSZTA CSEMEGE UBORKA</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: ●	Allergének: ● 1. 3. 7. 9.	Allergének: ● 1. 3. 7. 9.	Allergének: ●	Allergének: ● 1. 3. 7. 9. 12.										
<b>UZSONNA</b>		<b>TK. GYÜMÖLCSÖS PÁRNA</b>	<b>SAJT KIFLI</b>		<b>ALMA</b>										
	energia: 290 Kcal szénhidrát: 15 g	fehérje: 8 g cukor: 25 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: 30 g	fehérje: 0,7g cukor: 4,9g	zsír / telített zs.: 0,3g / g só: 0 g
	Allergének: ●	Allergének: ● 1. 3. 7.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ●	Allergének: ●										

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!