

Étlap epekímélő egész napos ellátás 2026.04.20. - 2026.04.26.

	hétfő 2026.04.20.	kedd 2026.04.21.	szerda 2026.04.22.	csütörtök 2026.04.23.	péntek 2026.04.24.	szombat 2026.04.25.	vasárnap 2026.04.26.
Reggeli	fekete kávé, tea (12), kakaó (07), holland sós pereg (01,06), E:2 802(Kj) 670(KCal) F: 19(g) Kol: 0(g) Sz:126(g) Zsir: 9(g) Cuk: 42(g) Só:2,13(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 304(mg)	fekete kávé, tea (12), gyümölcs joghurt (07), kifli (01), E:1 874(Kj) 448(KCal) F: 13(g) Kol: 0(g) Sz: 87(g) Zsir: 5(g) Cuk: 25(g) Só:0,94(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 215(mg)	fekete kávé, tea (12), tej (07), vaniliás csiga (03,07,01), E: 895(Kj) 214(KCal) F: 9(g) Kol: 0(g) Sz: 36(g) Zsir: 4(g) Cuk: 22(g) Só:0,33(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 300(mg)	fekete kávé, tea (12), kenőmájás (07,04,03,01), félbarna kenyér (01), kígyóuborka, E:2 970(Kj) 710(KCal) F: 25(g) Kol:224(g) Sz: 94(g) Zsir: 26(g) Cuk: 24(g) Só:4,44(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 58(mg)	fekete kávé, tea (12), zöldséges felvágott, margarin (07), félbarna kenyér (01), E:2 684(Kj) 642(KCal) F: 21(g) Kol: 55(g) Sz: 90(g) Zsir: 21(g) Cuk: 22(g) Só:3,48(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 46(mg)	fekete kávé, tea (12), tejbegríz fahéj szórattal (07,01), E:1 866(Kj) 446(KCal) F: 17(g) Kol: 0(g) Sz: 80(g) Zsir: 5(g) Cuk: 29(g) Só:0,49(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 369(mg)	fekete kávé, tea (12), főtt virsli, félbarna kenyér (01), kígyóuborka, E:3 056(Kj) 731(KCal) F: 30(g) Kol: 86(g) Sz: 92(g) Zsir: 26(g) Cuk: 22(g) Só:8,50(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 240(mg)
	nápolyi (01,05,06), E: 972(Kj) 233(KCal) F: 2(g) Kol: 0(g) Sz: 28(g) Zsir: 12(g) Cuk: 3(g) Só:0,24(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 30(mg)	mese omlós keksz (07,04,03,01), E: 132(Kj) 31(KCal) F: 21(g) Kol: 0(g) Sz: 18(g) Zsir: 5(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	gyümölcs, E: 527(Kj) 126(KCal) F: 2(g) Kol: 0(g) Sz: 29(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,07(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 132(mg)	puding (07), E: 685(Kj) 164(KCal) F: 9(g) Kol: 0(g) Sz: 23(g) Zsir: 4(g) Cuk: 10(g) Só:0,33(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 295(mg)	vaniliás karika, E:1 017(Kj) 243(KCal) F: 3(g) Kol: 0(g) Sz: 29(g) Zsir: 13(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	piskótaszelet (01,03,07), E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 0(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	befőtt, E: 326(Kj) 78(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 15(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)
Ébéd	burgonyagombóc leves (01,09,03,10), sült hús, vadas mártás (07), tészta (03,01), E:3 110(Kj) 744(KCal) F: 45(g) Kol: 78(g) Sz: 93(g) Zsir: 24(g) Cuk: 6(g) Só:5,72(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 97(mg)	sertésraguleves (01,03,09,10), grízes tészta (07), E:2 892(Kj) 692(KCal) F: 33(g) Kol: 48(g) Sz:115(g) Zsir: 10(g) Cuk: 23(g) Só:2,82(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 50(mg)	burgonyaleves (01,09,03,10), fasírt, karalábefőzelék (01), félbarna kenyér (01), E:2 884(Kj) 690(KCal) F: 40(g) Kol: 60(g) Sz: 96(g) Zsir: 15(g) Cuk: 0(g) Só:5,35(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 166(mg)	meggyleves (07), paprikás burgonya virslivel, félbarna kenyér (01), cékla, E:3 041(Kj) 728(KCal) F: 24(g) Kol: 58(g) Sz:102(g) Zsir: 19(g) Cuk: 17(g) Só:8,54(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 199(mg)	bakonyi betyárleves diétásan (09,01,03,10,07), kevert sütemény (07), E:2 759(Kj) 660(KCal) F: 24(g) Kol: 30(g) Sz: 75(g) Zsir: 27(g) Cuk: 13(g) Só:8,06(g) Tel.Zs: 8(g) Ca: 119(mg)	tarhonyaleves diétás (01,03,09,10), sertéspörkölt, tökfőzelék (01,07,03,09,10), félbarna kenyér (01), 78(g) Sz: 79(g) Zsir: 18(g) Cuk: 0(g)	erőleves diétásan (09,01,03,10), sült csirkecomb, párolt rizs, cékla, E:2 276(Kj) 545(KCal) F: 40(g) Kol:128(g) Sz: 71(g) Zsir: 10(g) Cuk: 7(g) Só:3,69(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 44(mg)
	alma kompót (12), E:1 197(Kj) 286(KCal) F: 1(g) Kol: 0(g) Sz: 69(g) Zsir: 0(g) Cuk: 50(g) Só:0,01(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 18(mg)	sós keksz (01,11,03), E: 603(Kj) 144(KCal) F: 3(g) Kol: 0(g) Sz: 19(g) Zsir: 6(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 0(mg)	édes keksz (01,07,03), E: 128(Kj) 31(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 18(g) Zsir: 5(g) Cuk: 6(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 3(g) Ca: 0(mg)	nápolyi (01,05,06), E: 972(Kj) 233(KCal) F: 2(g) Kol: 0(g) Sz: 28(g) Zsir: 12(g) Cuk: 3(g) Só:0,24(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 30(mg)	rostos ivólé, E: 201(Kj) 48(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 11(g) Zsir: 0(g) Cuk: 22(g) Só:0,04(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	sós keksz (01,11,03), E: 603(Kj) 144(KCal) F: 3(g) Kol: 0(g) Sz: 19(g) Zsir: 6(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 0(mg)	édes keksz (01,07,03), E: 128(Kj) 31(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 18(g) Zsir: 5(g) Cuk: 6(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 3(g) Ca: 0(mg)
Vacsora	gyümölcs tea (12), kastély csemege, margarin (07), félbarna kenyér (01), kígyóuborka, E:2 258(Kj) 540(KCal) F: 23(g) Kol: 0(g) Sz: 92(g) Zsir: 8(g) Cuk: 20(g) Só:3,88(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 48(mg)	gyümölcs tea (12), zala felvágott (06), sajtkrém (07), félbarna kenyér (01), kígyóuborka, E:2 906(Kj) 695(KCal) F: 28(g) Kol: 99(g) Sz: 91(g) Zsir: 23(g) Cuk: 20(g) Só:3,23(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 461(mg)	gyümölcs tea (12), pizzasonka felvágott, sajtkrém (07), félbarna kenyér (01), kígyóuborka, E:2 704(Kj) 647(KCal) F: 28(g) Kol:101(g) Sz: 90(g) Zsir: 18(g) Cuk: 20(g) Só:3,68(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 497(mg)	gyümölcs tea (12), csirkemell sonka felvágott, margarin (07), félbarna kenyér (01), kígyóuborka, E:2 261(Kj) 541(KCal) F: 21(g) Kol: 0(g) Sz: 90(g) Zsir: 10(g) Cuk: 20(g) Só:3,70(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 42(mg)	gyümölcs tea (12), sonkás szelet, margarin (07), félbarna kenyér (01), kígyóuborka, E:2 195(Kj) 525(KCal) F: 24(g) Kol: 0(g) Sz: 92(g) Zsir: 7(g) Cuk: 21(g) Só:4,06(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 48(mg)	gyümölcs tea (12), tojáskrém (03,10,07), félbarna kenyér (01), kígyóuborka, E:2 431(Kj) 582(KCal) F: 23(g) Kol: 0(g) Sz: 90(g) Zsir: 13(g) Cuk: 20(g) Só:3,99(g) Tel.Zs: 4(g) Ca: 103(mg)	gyümölcs tea (12), formázott pulykamell sonka (06), margarin (07), félbarna kenyér (01), kígyóuborka, E:2 272(Kj) 544(KCal) F: 24(g) Kol: 0(g) Sz: 90(g) Zsir: 9(g) Cuk: 20(g) Só:3,94(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 59(mg)

01=Glutén,02=Rákfélék,03=Tojás,04=Halak,05=Földimogyoró,06=Szójabab,07=Tej,08=Diófélék,09=Zeller,10=Mustár,11=Szezám,12=Kén-dioxid,13=Csillagfűrt,14=Puhatestűek,15=Édesítő,

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

Élelmezésvezető