

Étlap pépes egész napos ellátás 2026.05.18. - 2026.05.24.

	hétfő 2026.05.18.	kedd 2026.05.19.	szerda 2026.05.20.	csütörtök 2026.05.21.	péntek 2026.05.22.	szombat 2026.05.23.	vasárnap 2026.05.24.	
Réggeli	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), kocka sajt csökkentett sótartalmú (07), kifli (01), E:1 500(Kj) 359(KCal) F: 9(g) Kol: 0(g) Sz: 74(g) Zsir: 3(g) Cuk: 25(g) Só:0,80(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 44(mg)	fekete kávé, tea (12), tejeskávé (07,01), kuglóf (01,07,03,06), E:2 817(Kj) 674(KCal) F: 18(g) Kol: 0(g) Sz:116(g) Zsir: 15(g) Cuk: 48(g) Só:0,97(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 370(mg)	fekete kávé, tea (12), kukoricadara lekvárral (01,08,11,06,07), E:1 828(Kj) 437(KCal) F: 8(g) Kol: 0(g) Sz: 93(g) Zsir: 3(g) Cuk: 26(g) Só:0,84(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 61(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 krinolin (06), félbarna kenyér (01), E:2 549(Kj) 610(KCal) F: 23(g) Kol: 60(g) Sz: 90(g) Zsir: 16(g) Cuk: 22(g) Só:4,64(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 50(mg)	
	Tízórai	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)	babapiskóta (01,03), E: 417(Kj) 100(KCal) F: 2(g) Kol: 0(g) Sz: 19(g) Zsir: 1(g) Cuk: 9(g) Só:0,05(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	habos puding (07), E: 669(Kj) 160(KCal) F: 2(g) Kol: 0(g) Sz: 34(g) Zsir: 2(g) Cuk: 27(g) Só:0,20(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)	krémtúró (07), E: 809(Kj) 194(KCal) F: 14(g) Kol: 0(g) Sz: 17(g) Zsir: 8(g) Cuk: 0(g) Só:0,09(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 90(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)	reszelt alma, E: 194(Kj) 47(KCal) F: 1(g) Kol: 0(g) Sz: 11(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,01(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 8(mg)
		Ebéd	köményleves kenyérkockákkal (01,03,09,10), sült hús, sárgarépás rizs (01,03,09,10), E:2 208(Kj) 528(KCal) F: 36(g) Kol: 78(g) Sz: 56(g) Zsir: 18(g) Cuk: 0(g) Só:5,49(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 81(mg)	májgombóc leves (03,01,09,10), grízes tészta (07), E:2 475(Kj) 592(KCal) F: 25(g) Kol:196(g) Sz:108(g) Zsir: 6(g) Cuk: 23(g) Só:1,89(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 96(mg)	delikátleves zöldségekkel (01,03,09,10), fasírt, burgonyafőzelék (03,01,07), félbarna kenyér (01), E:2 844(Kj) 680(KCal) F: 38(g) Kol: 60(g) Sz: 97(g) Zsir: 13(g) Cuk: 0(g) Só:3,70(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 90(mg)	meggyleves (07), rakott burgonya virslivel diétás (07), E:2 501(Kj) 598(KCal) F: 18(g) Kol: 36(g) Sz: 71(g) Zsir: 15(g) Cuk: 10(g) Só:4,20(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 197(mg)	palócleves (09,01,03,10,07), izes bukta (01,03,07), E:3 042(Kj) 728(KCal) F: 31(g) Kol: 36(g) Sz: 92(g) Zsir: 24(g) Cuk: 3(g) Só:2,22(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 140(mg)	tojásleves (07), baromfi vagdalt (01,06), tökfőzelék (01,07,03,09,10), félbarna kenyér (01), 0(g) Sz: 74(g) Zsir: 26(g) Cuk: 1(g)
	Uzsonna		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)	kefir (07), E: 215(Kj) 51(KCal) F: 5(g) Kol: 0(g) Sz: 7(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,30(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 180(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)	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)	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)	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), csirkemell sonka felvágott, félbarna kenyér (01), E:2 080(Kj) 498(KCal) F: 20(g) Kol: 0(g) Sz: 89(g) Zsir: 6(g) Cuk: 20(g) Só:3,56(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 33(mg)	gyümölcs tea (12), szeletelt sajt (07), félbarna kenyér (01), E:2 732(Kj) 654(KCal) F: 30(g) Kol: 6(g) Sz: 88(g) Zsir: 18(g) Cuk: 20(g) Só:4,29(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 393(mg)	gyümölcs tea (12), sonkakrém, félbarna kenyér (01), E:2 241(Kj) 536(KCal) F: 21(g) Kol: 42(g) Sz: 88(g) Zsir: 10(g) Cuk: 20(g) Só:3,75(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 48(mg)	gyümölcs tea (12), formázott pulykamell sonka (06), félbarna kenyér (01), E:2 072(Kj) 496(KCal) F: 23(g) Kol: 0(g) Sz: 88(g) Zsir: 5(g) Cuk: 20(g) Só:3,80(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 44(mg)	gyümölcs tea (12), párizsi felvágott, félbarna kenyér (01), E:2 366(Kj) 566(KCal) F: 20(g) Kol: 0(g) Sz: 89(g) Zsir: 14(g) Cuk: 21(g) Só:3,44(g) Tel.Zs: 4(g) Ca: 129(mg)	gyümölcs tea (12), kastély csemege, félbarna kenyér (01), E:2 058(Kj) 492(KCal) F: 22(g) Kol: 0(g) Sz: 91(g) Zsir: 4(g) Cuk: 20(g) Só:3,74(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 33(mg)	gyümölcs tea (12), mézes felvágott, félbarna kenyér (01), E:2 216(Kj) 530(KCal) F: 21(g) Kol: 0(g) Sz: 88(g) Zsir: 10(g) Cuk: 21(g) Só:3,44(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 33(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=Csilagfűrt,14=Puhatestűek,15=Édesítők,

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

Élelmezésvezető