

Étlap bentlakó 60 év felett egész napos ellát.
2026.06.01. - 2026.06.07.

	hétfő 2026.06.01	kedd 2026.06.02.	szerda 2026.06.03.	csütörtök 2026.06.04.	péntek 2026.06.05.	szombat 2026.06.06.	vasárnap 2026.06.07.
Reggeli	fekete kávé, tea (12), tej (07), briós (01,07,03,06), margarin (07), E:2 496(Kj) 597(KCal) F: 17(g) Kol: 0(g) Sz:100(g) Zsir: 15(g) Cuk: 30(g) Só:1,07(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 300(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), tejeskávé (07,01), diós masni (01,03,07,06), E:2 943(Kj) 704(KCal) F: 16(g) Kol: 0(g) Sz:101(g) Zsir: 26(g) Cuk: 32(g) Só:4,04(g) Tel.Zs: 11(g) Ca: 303(mg)	fekete kávé, tea (12), zala felvágott (06), vajkrém (07), félbarna kenyér (01), E:2 926(Kj) 700(KCal) F: 22(g) Kol: 45(g) Sz: 92(g) Zsir: 26(g) Cuk: 23(g) Só:3,43(g) Tel.Zs: 11(g) Ca: 46(mg)	fekete kávé, tea (12), kenőmájás (07,04,03,01), félbarna kenyér (01), tv.paprika, E:3 045(Kj) 728(KCal) F: 25(g) Kol:224(g) Sz: 97(g) Zsir: 26(g) Cuk: 24(g) Só:4,44(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 43(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), torma, E:2 578(Kj) 617(KCal) F: 23(g) Kol: 60(g) Sz: 91(g) Zsir: 16(g) Cuk: 23(g) Só:4,67(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 54(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)	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)	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)	jégkrém (07), E: 744(Kj) 178(KCal) F: 4(g) Kol: 0(g) Sz: 22(g) Zsir: 8(g) Cuk: 17(g) Só:0,14(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)	piskótaszelet (01,03,08,06), E: 401(Kj) 96(KCal) F: 1(g) Kol: 0(g) Sz: 15(g) Zsir: 3(g) Cuk: 0(g) Só:0,16(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(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)
Ebéd	vajgaluska leves (09,01,03), brassói aprópecsenye (07), savanyúság (10), E:2 324(Kj) 556(KCal) F: 27(g) Kol: 42(g) Sz: 73(g) Zsir: 14(g) Cuk: 0(g) Só:2,49(g) Tel.Zs: 3(g) Ca: 112(mg)	karfiolleves (01,03,09,10), bolognai spagetti (07,03,01), E:3 097(Kj) 741(KCal) F: 48(g) Kol: 69(g) Sz: 82(g) Zsir: 29(g) Cuk: 6(g) Só:5,13(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 264(mg)	zöldségleves (09,01,03,10), baromfi vagdalt (01,06), kelkáposztafőzelék (01,03,09,10), félbarna kenyér (01), E:3 010(Kj) 720(KCal) F: 34(g) Kol: 0(g) Sz: 99(g) Zsir: 23(g) Cuk: 1(g) Só:6,15(g) Tel.Zs: 3(g) Ca: 169(mg)	fokhagymakréml leves pírított kenyérkockával (07,01), rakott burgonya kolbásszal (07), savanyúság (10), E:2 663(Kj) 637(KCal) F: 23(g) Kol: 62(g) Sz: 73(g) Zsir: 35(g) Cuk: 0(g) Só:5,12(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 147(mg)	palócleves (09,01,03,10,07), kakaós palacsinta (07,01,03), E:3 262(Kj) 780(KCal) F: 32(g) Kol: 36(g) Sz:127(g) Zsir: 20(g) Cuk: 40(g) Só:2,29(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 182(mg)	rizsleves (07,01,03,04), sült debreceni, fejtett babfőzelék (01), félbarna kenyér (01), 150(g) Sz:107(g) Zsir: 51(g) Cuk: 4(g)	húsleves (03,01), reszelt máj (01,03,09,10), petrezselymes burgonya, savanyúság (10), E:2 870(Kj) 687(KCal) F: 50(g) Kol:753(g) Sz: 87(g) Zsir: 17(g) Cuk: 0(g) Só:4,51(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 144(mg)
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)	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)	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)	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)	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), mézes felvágott, margarin (07), félbarna kenyér (01), paradicsom, E:2 462(Kj) 589(KCal) F: 22(g) Kol: 0(g) Sz: 92(g) Zsir: 14(g) Cuk: 21(g) Só:3,58(g) Tel.Zs: 3(g) Ca: 42(mg)	gyümölcs tea (12), olasz felvágott, sajtkrém (07), félbarna kenyér (01), tv.paprika, E:3 425(Kj) 819(KCal) F: 30(g) Kol:125(g) Sz: 93(g) Zsir: 34(g) Cuk: 20(g) Só:3,56(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 478(mg)	gyümölcs tea (12), párizsi felvágott, margarin (07), félbarna kenyér (01), lilahagyma, E:2 617(Kj) 626(KCal) F: 21(g) Kol: 0(g) Sz: 94(g) Zsir: 18(g) Cuk: 21(g) Só:3,58(g) Tel.Zs: 6(g) Ca: 129(mg)	gyümölcs tea (12), diákcsemege felvágott, margarin (07), félbarna kenyér (01), kigyóborka, E:2 105(Kj) 504(KCal) F: 27(g) Kol: 66(g) Sz: 89(g) Zsir: 33(g) Cuk: 20(g) Só:4,78(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 59(mg)	gyümölcs tea (12), csirkemell sonka felvágott, margarin (07), félbarna kenyér (01), zöldhagyma, E:2 238(Kj) 535(KCal) F: 20(g) Kol: 0(g) Sz: 89(g) Zsir: 10(g) Cuk: 20(g) Só:3,70(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 55(mg)	gyümölcs tea (12), löncs felvágott, margarin (07), félbarna kenyér (01), paradicsom, E:2 888(Kj) 691(KCal) F: 23(g) Kol: 66(g) Sz: 92(g) Zsir: 24(g) Cuk: 20(g) Só:3,70(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 50(mg)	gyümölcs tea (12), bécsi felvágott, margarin (07), félbarna kenyér (01), tv.paprika, E:2 593(Kj) 620(KCal) F: 24(g) Kol: 0(g) Sz: 93(g) Zsir: 16(g) Cuk: 20(g) Só:3,70(g) Tel.Zs: 5(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=Csillagfűrt,14=Puhatestűek,15=Édesítő,

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

Élelmezésvezető