Heti étlap 2026.11.02. - 2026.11.06.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Alsós tízórai	Tej[7], Briós[1,3,7]	Gyümölcstea, Sonkakrém[7,10,(1,6,12)], Teljes kiőrlésű kifli[1]	Vaníliás tej[7], Kakaós kalács[1,3,7]	Gyümölcstea, Sajt[7,(1)], Margarin(7), Teljes kiőrlésű zsemle[1,(13)], Zöldpaprika	Gyümölcs joghurt[7,(1)], Teljes kiőrlésű kifli[1]
	Energia: 262.63 Kcal / 1,097.79 Kj	Energia: 273.98 Kcal / 1,145.24 Kj	Energia: 324.14 Kcal / 1,354.91 Kj	Energia: 250.72 Kcal / 1,048.01 Kj	Energia: 191.45 Kcal / 800.26 Kj
	Fehérje: 10.41 g; Zsír: 6.22 g; T.Zsírsav: 2.95 g	Fehérje: 9.30 g; Zsír: 11.67 g; T.Zsírsav: 3.45 g	Fehérje: 12.04 g; Zsír: 6.90 g; T.Zsírsav: 3.34 g	Fehérje: 6.19 g; Zsír: 8.32 g; T.Zsírsav: 1.97 g	Fehérje: 8.65 g; Zsír: 3.12 g; T.Zsírsav: 1.11 g
	Szénhidrát: 24.20 g; Cukor: 16.33 g; Só: 0.34 g	Szénhidrát: 33.00 g; Cukor: 12.26 g; Só: 0.70 g	Szénhidrát: 32.15 g; Cukor: 27.03 g; Só: 0.34 g	Szénhidrát: 37.27 g; Cukor: 12.32 g; Só: 0.60 g	Szénhidrát: 31.97 g; Cukor: 12.81 g; Só: 0.58 g
Alsós ebéd	Sertés gulyásleves[1,3,9], Morzsás nudli[1,3,(7)], Sárgabarack lekvár, Porcukor , Alma, T.K. kenyér[1,(7)]	Lencseleves[1,3,9,10,(12)], Bácskai rizseshús[9,(1)], Karottás káposztasaláta	Citromos halgaluska leves[1,3,4,9], Sült csirkecomb, Cheddar sajtos burgonyapüré[7,(1)], Csemege uborka[10]	Zöldségleves[1,3,9], Székelykáposzta[1,7,(12)], T.K. kenyér[1,(7)], Narancs	100% Gyümölcslé , Bakonyi csirkeragu[1,7], Szarvacska tészta[1,3], Túró Rudi[7,(1)]
	Energia: 805.53 Kcal / 3,367.12 Kj	Energia: 816.07 Kcal / 3,411.17 Kj	Energia: 811.36 Kcal / 3,391.48 Kj	Energia: 711.25 Kcal / 2,973.03 Kj	Energia: 815.05 Kcal / 3,406.91 Kj
	Fehérje: 19.27 g; Zsír: 13.73 g; T.Zsírsav: 0.64 g	Fehérje: 28.48 g; Zsír: 19.94 g; T.Zsírsav: 0.79 g	Fehérje: 64.90 g; Zsír: 29.56 g; T.Zsírsav: 9.89 g	Fehérje: 29.06 g; Zsír: 28.25 g; T.Zsírsav: 3.54 g	Fehérje: 32.92 g; Zsír: 20.22 g; T.Zsírsav: 8.09 g
	Szénhidrát: 102.94 g; Cukor: 29.88 g; Só: 2.63 g	Szénhidrát: 90.89 g; Cukor: 6.29 g; Só: 1.15 g	Szénhidrát: 61.82 g; Cukor: 2.39 g; Só: 2.30 g	Szénhidrát: 77.61 g; Cukor: 0.00 g; Só: 3.25 g	Szénhidrát: 81.95 g; Cukor: 21.00 g; Só: 1.73 g
Alsós uzsonna	Kenőmájas(1,6,7,10), Teljes kiőrlésű zsemle[1,(13)], Kígyóuborka	Párizsi(1,6,7,10), Margarin(7), T.k. Kenyér[1,(7)]	Vajkrém[7], Tk. kenyér[1], Paradicsom	Zala felvágott(1,6,7), Margarin(7), T.k. Kenyér[1,(7)]	Pizzás csiga[1,7,(3,6,12)]
	Energia: 208.46 Kcal / 871.36 Kj	Energia: 274.00 Kcal / 1,145.32 Kj	Energia: 306.56 Kcal / 1,281.42 Kj	Energia: 274.51 Kcal / 1,147.45 Kj	Energia: 148.78 Kcal / 621.90 Kj
	Fehérje: 9.62 g; Zsír: 7.73 g; T.Zsírsav: 3.24 g	Fehérje: 8.77 g; Zsír: 10.21 g; T.Zsírsav: 3.11 g	Fehérje: 6.22 g; Zsír: 10.73 g; T.Zsírsav: 4.88 g	Fehérje: 9.27 g; Zsír: 11.73 g; T.Zsírsav: 3.81 g	Fehérje: 2.33 g; Zsír: 10.29 g; T.Zsírsav: 2.72 g
	Szénhidrát: 24.87 g; Cukor: 0.32 g; Só: 1.26 g	Szénhidrát: 32.62 g; Cukor: 0.08 g; Só: 1.67 g	Szénhidrát: 28.75 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.58 g	Szénhidrát: 32.29 g; Cukor: 0.03 g; Só: 1.25 g	Szénhidrát: 11.54 g; Cukor: 2.39 g; Só: 0.91 g

Az ételsorokban a szándék szerint belekerülő allergének lettek számmal feltüntetve. Keresztszennyeződés formájában az alábbi allergének fordulhatnak elő 1. Glutén 2. Rákfélék 3. Tojás 4. Hal 5. Földimogyoró 6. Szója 7. Tej (laktóz is) 8.Diófélék 9. Zeller 10. Mustár 11. Szezámmag 12. Kén dioxid 13. Csillagfürt 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Heti étlap 2026.11.09. - 2026.11.13.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Alsós tízórai	Gyümölcstea, Kockasajt[7,(1)], Teljes kiőrlésű kifli[1]			Gyümölcstea, Zöldfűszeres vajkrém[7], Teljes kiőrlésű zsemle[1,(13)], Zöldpaprika			Kakaó[7,(1)], Fonott kalács[1,3,7]			Gyümölcstea, Körözött[7], Lilahagyma, Teljes kiőrlésű zsemle[1,(13)]			Gyümölcstea, Pritaminos padlizsánkrém[3,10,(1,7,12)], Teljes kiőrlésű zsemle[1,(13)]		
	Energia: 188.28 Kcal / 787.01 Kj			Energia: 275.99 Kcal / 1,153.64 Kj			Energia: 415.52 Kcal / 1,736.87 Kj			Energia: 236.35 Kcal / 987.94 Kj			Energia: 198.88 Kcal / 831.32 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	5.77 g	3.52 g	1.62 g	6.34 g	10.86 g	4.90 g	14.63 g	10.11 g	4.66 g	11.31 g	3.79 g	1.71 g	6.08 g	1.87 g	0.19 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	32.98 g	12.26 g	0.58 g	37.70 g	12.32 g	0.56 g	49.26 g	22.86 g	0.67 g	38.77 g	12.32 g	0.58 g	38.97 g	12.32 g	0.68 g
Alsós ebéd	Csirkeraguleves[1,3,9], Szilvalekváros gombóc[1,3], Fahéjas porcukor, Alma			Kertészleves[1,3,9], Budapest sertésragu(1), Párolt rizs			Lengyeles árpagyöngy leves[1,9], Sült kolbász, Sárgaborsó főzelék[1,9], T.K. kenyér[1]			Daragaluska leves[1,3,9], Pusztapörkölt(1), Csemege uborka[10], T.K. kenyér[1,(7)]			100% Gyümölcslé , Lasagne[1,3,7]		
	Energia: 504.44 Kcal / 2,108.56 Kj			Energia: 650.03 Kcal / 2,717.13 Kj			Energia: 1,092.22 Kcal / 4,565.48 Kj			Energia: 736.48 Kcal / 3,078.49 Kj			Energia: 779.32 Kcal / 3,257.56 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	15.93 g	5.68 g	0.71 g	24.78 g	22.53 g	3.16 g	50.00 g	53.59 g	18.15 g	27.33 g	25.70 g	3.59 g	30.01 g	24.75 g	8.02 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	58.44 g	31.88 g	1.09 g	67.30 g	0.00 g	1.24 g	76.44 g	0.00 g	2.70 g	86.87 g	0.00 g	2.66 g	65.24 g	5.30 g	1.04 g
Alsós uzsonna	Csemege szalámi, Margarin(7), Zsemle[1], Kígyóuborka			Olasz felvágott(1,6,7), Margarin(7), T.k. Kenyér[1,(7)]			Magvas vajkrém[7], Zsemle[1], Paradicsom			Sajtkrém[7,(1)], Kifli[1]			Puding poharas[1,7]		
	Energia: 319.55 Kcal / 1,335.72 Kj			Energia: 304.71 Kcal / 1,273.69 Kj			Energia: 366.79 Kcal / 1,533.18 Kj			Energia: 159.70 Kcal / 667.55 Kj			Energia: 140.85 Kcal / 588.75 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	9.10 g	17.01 g	2.04 g	9.45 g	15.18 g	4.95 g	6.64 g	15.83 g	3.31 g	5.72 g	4.10 g	0.10 g	3.99 g	4.71 g	2.60 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	31.39 g	0.00 g	1.76 g	32.22 g	0.00 g	2.26 g	31.85 g	0.00 g	0.85 g	24.83 g	0.00 g	0.54 g	20.46 g	16.25 g	0.09 g

Az ételsorokban a szándék szerint belekerülő allergének lettek számmal feltüntetve. Keresztszennyeződés formájában az alábbi allergének fordulhatnak elő 1. Glutén 2. Rákfélék 3. Tojás 4. Hal 5. Földimogyoró 6. Szója 7. Tej (laktóz is) 8.Diófélék 9. Zeller 10. Mustár 11. Szezámmag 12. Kén dioxid 13. Csillagfürt 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Heti étlap 2026.11.16. - 2026.11.20.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Alsós tízórai	Tej[7], Perec[1,7]	Gyümölcstea, Füstölt sajt[7,(1)], Margarin(7), Zsemle[1]	Karamellás tej[7], Kuglóf[1,3,7]	Gyümölcstea, Sajtkrém[7,(1)], Kifli[1], Jégcsap retek	Gyümölcstea, Tojáspástétom[3,7,10,(12)], Teljes kiőrlésű zsemle[1,(13)], Kígyóuborka
	Energia: 261.62 Kcal / 1,093.57 Kj	Energia: 346.23 Kcal / 1,447.24 Kj	Energia: 385.72 Kcal / 1,612.31 Kj	Energia: 213.20 Kcal / 891.18 Kj	Energia: 245.78 Kcal / 1,027.36 Kj
	Fehérje: 11.50 g; Zsír: 3.35 g; T.Zsírsav: 1.76 g; Szénhidrát: 29.46 g; Cukor: 12.30 g; Só: 0.81 g	Fehérje: 10.69 g; Zsír: 14.21 g; T.Zsírsav: 6.06 g; Szénhidrát: 43.32 g; Cukor: 12.00 g; Só: 0.88 g	Fehérje: 13.06 g; Zsír: 8.42 g; T.Zsírsav: 4.23 g; Szénhidrát: 47.22 g; Cukor: 27.85 g; Só: 0.05 g	Fehérje: 6.09 g; Zsír: 4.13 g; T.Zsírsav: 0.10 g; Szénhidrát: 37.51 g; Cukor: 12.00 g; Só: 0.54 g	Fehérje: 9.30 g; Zsír: 6.00 g; T.Zsírsav: 1.78 g; Szénhidrát: 38.15 g; Cukor: 12.32 g; Só: 0.85 g
Alsós ebéd	Hamis halászlé[1,3,4], Túrós-tejföl tésztára[7], Fodros kocka[1,3], Porcukor , Alma, T.K. kenyér[1,(7)]	Paradicsomleves[1,3,9], Halrudacska[4], Párolt rizs, Tartármártás[3,7,10,(1,12)]	Májgaluskaleves[1,3,9], Rakott burgonya[3,7], Csemege uborka[10]	Sütőtök krémleves[1,7,9], Pirított magvak , Tavaszi szárnyas rizseshús	100% Gyümölcslé , Vagdalt[1,3,9], Zöldbabfőzelék[1,7,9], T.K. kenyér[1,(7)]
	Energia: 890.15 Kcal / 3,720.83 Kj	Energia: 666.91 Kcal / 2,787.68 Kj	Energia: 546.42 Kcal / 2,284.04 Kj	Energia: 617.29 Kcal / 2,580.27 Kj	Energia: 768.85 Kcal / 3,213.79 Kj
	Fehérje: 35.45 g; Zsír: 15.94 g; T.Zsírsav: 6.73 g; Szénhidrát: 145.10 g; Cukor: 22.14 g; Só: 1.98 g	Fehérje: 32.99 g; Zsír: 20.97 g; T.Zsírsav: 3.69 g; Szénhidrát: 80.75 g; Cukor: 8.00 g; Só: 1.10 g	Fehérje: 22.31 g; Zsír: 19.64 g; T.Zsírsav: 7.69 g; Szénhidrát: 63.20 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.32 g	Fehérje: 28.90 g; Zsír: 19.68 g; T.Zsírsav: 2.90 g; Szénhidrát: 66.46 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.02 g	Fehérje: 26.81 g; Zsír: 21.18 g; T.Zsírsav: 7.24 g; Szénhidrát: 68.32 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.56 g
Alsós uzsonna	Kenőmájas(1,6,7,10), Tk. kenyér[1], Kígyóuborka	Magyaros vajkrém[7], Tk. kenyér[1], Paradicsom	Házi húskrém[7,10,(12)], Teljes kiőrlésű zsemle[1,(13)], Zöldpaprika	Párizsi(1,6,7,10), Margarin(7), Tk. kenyér[1]	Túrós párna[1,7,(3,6,12)]
	Energia: 224.44 Kcal / 938.16 Kj	Energia: 306.56 Kcal / 1,281.42 Kj	Energia: 248.99 Kcal / 1,040.78 Kj	Energia: 258.54 Kcal / 1,080.70 Kj	Energia: 192.36 Kcal / 804.06 Kj
	Fehérje: 9.84 g; Zsír: 7.69 g; T.Zsírsav: 3.21 g; Szénhidrát: 28.72 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.28 g	Fehérje: 6.22 g; Zsír: 5.73 g; T.Zsírsav: 0.05 g; Szénhidrát: 28.50 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.58 g	Fehérje: 10.64 g; Zsír: 11.17 g; T.Zsírsav: 4.22 g; Szénhidrát: 26.18 g; Cukor: 0.32 g; Só: 0.75 g	Fehérje: 8.33 g; Zsír: 10.46 g; T.Zsírsav: 2.97 g; Szénhidrát: 28.65 g; Cukor: 0.08 g; Só: 1.04 g	Fehérje: 4.72 g; Zsír: 10.80 g; T.Zsírsav: 3.29 g; Szénhidrát: 18.85 g; Cukor: 5.50 g; Só: 0.39 g

Az ételsorokban a szándék szerint belekerülő allergének lettek számmal feltüntetve. Keresztszennyeződés formájában az alábbi allergének fordulhatnak elő 1. Glutén 2. Rákfélék 3. Tojás 4. Hal 5. Földimogyoró 6. Szója 7. Tej (laktóz is) 8.Diófélék 9. Zeller 10. Mustár 11. Szezámmag 12. Kén dioxid 13. Csillagfürt 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Heti étlap 2026.11.23. - 2026.11.27.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Alsós tízórai	Tej[7], Sajtos pogácsa[1,7,(6,12,13)]	Gyümölcstea, Sajt[7,(1)], Margarin(7), Teljes kiőrlésű zsemle[1,(13)], Paradicsom	Tejeskávé[1,7], Briós[1,3,7]	Gyümölcstea, Sült zöldséges csicseriborsó krém[7,9,(1)], Teljes kiőrlésű zsemle[1,(13)]	Gyümölcs joghurt[7,(1)], Teljes kiőrlésű kifli[1]
	Energia: 353.77 Kcal / 1,478.76 Kj	Energia: 314.44 Kcal / 1,314.36 Kj	Energia: 315.88 Kcal / 1,320.38 Kj	Energia: 241.25 Kcal / 1,008.43 Kj	Energia: 191.45 Kcal / 800.26 Kj
	Fehérje: 9.88 g; Zsír: 19.37 g; T.Zsírsav: 6.10 g; Szénhidrát: 17.82 g; Cukor: 10.78 g; Só: 1.01 g	Fehérje: 5.86 g; Zsír: 8.23 g; T.Zsírsav: 1.98 g; Szénhidrát: 36.49 g; Cukor: 12.32 g; Só: 0.60 g	Fehérje: 12.15 g; Zsír: 6.97 g; T.Zsírsav: 3.36 g; Szénhidrát: 29.84 g; Cukor: 23.98 g; Só: 0.35 g	Fehérje: 7.42 g; Zsír: 4.88 g; T.Zsírsav: 1.78 g; Szénhidrát: 41.56 g; Cukor: 12.32 g; Só: 0.90 g	Fehérje: 8.65 g; Zsír: 3.12 g; T.Zsírsav: 1.11 g; Szénhidrát: 31.97 g; Cukor: 12.81 g; Só: 0.58 g
Alsós ebéd	Bableves gazdagon[1,3,9], Tejberizs[7], Eperöntet(12), T.K. kenyér[1], Alma	Sajtkrémleves[1,7,9], Levesgyöngy[1,3,7], Pulykapörkölt feltét[9,(1,7)], Tökfőzelék[1,7,9], T.K. kenyér[1,(7)]	Lebbencsleves[1,3,9], Lecsós csirkecomb(1), Párolt rizs, T.K. kenyér[1,(7)]	Zöldborsóleves[1,3,9], Bazsalikomos paradicsomos ragu, Penne tészta[1,3], Reszelt sajt[7,(1)]	100% Gyümölcslé , Zöldséges marharagu[1,9,(3,6,7,12)], Burgonyás nudli[1,3,(7)]
	Energia: 876.74 Kcal / 3,664.77 Kj	Energia: 668.88 Kcal / 2,795.92 Kj	Energia: 933.47 Kcal / 3,901.90 Kj	Energia: 619.09 Kcal / 2,587.80 Kj	Energia: 540.50 Kcal / 2,259.29 Kj
	Fehérje: 33.67 g; Zsír: 22.15 g; T.Zsírsav: 4.67 g; Szénhidrát: 122.55 g; Cukor: 42.79 g; Só: 1.37 g	Fehérje: 31.95 g; Zsír: 22.32 g; T.Zsírsav: 6.13 g; Szénhidrát: 73.07 g; Cukor: 3.18 g; Só: 3.06 g	Fehérje: 54.26 g; Zsír: 18.03 g; T.Zsírsav: 4.91 g; Szénhidrát: 110.34 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.67 g	Fehérje: 19.80 g; Zsír: 5.05 g; T.Zsírsav: 0.29 g; Szénhidrát: 96.88 g; Cukor: 3.00 g; Só: 0.96 g	Fehérje: 14.40 g; Zsír: 20.89 g; T.Zsírsav: 7.37 g; Szénhidrát: 10.59 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.93 g
Alsós uzsonna	Csemege paprikás szalámi(1,6,7), Margarin(7), T.k. Kenyér[1,(7)]	Zala felvágott(1,6,7), Margarin(7), T.k. Kenyér[1,(7)]	Pritaminos tonhalkrém[3,4,10,(1,7,12)], Teljes kiőrlésű zsemle[1,(13)]	Sajtkrém[7,(1)], T.k. Kenyér[1,(7)]	Műzliszelet, gyümölcsös[1,6,7,12,(5,8,11,13)], Mandarin
	Energia: 319.84 Kcal / 1,336.93 Kj	Energia: 274.51 Kcal / 1,147.45 Kj	Energia: 210.96 Kcal / 881.81 Kj	Energia: 207.89 Kcal / 868.98 Kj	Energia: 118.97 Kcal / 497.29 Kj
	Fehérje: 9.94 g; Zsír: 16.64 g; T.Zsírsav: 5.30 g; Szénhidrát: 32.20 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.01 g	Fehérje: 9.27 g; Zsír: 11.73 g; T.Zsírsav: 3.81 g; Szénhidrát: 32.29 g; Cukor: 0.03 g; Só: 1.25 g	Fehérje: 7.85 g; Zsír: 8.74 g; T.Zsírsav: 1.25 g; Szénhidrát: 25.08 g; Cukor: 0.32 g; Só: 0.90 g	Fehérje: 7.96 g; Zsír: 4.30 g; T.Zsírsav: 0.18 g; Szénhidrát: 34.13 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.34 g	Fehérje: 1.83 g; Zsír: 3.07 g; T.Zsírsav: 1.20 g; Szénhidrát: 20.42 g; Cukor: 4.00 g; Só: 0.08 g

Az ételsorokban a szándék szerint belekerülő allergének lettek számmal feltüntetve. Keresztszennyeződés formájában az alábbi allergének fordulhatnak elő 1. Glutén 2. Rákfélék 3. Tojás 4. Hal 5. Földimogyoró 6. Szója 7. Tej (laktóz is) 8.Diófélék 9. Zeller 10. Mustár 11. Szezámmag 12. Kén dioxid 13. Csillagfürt 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Heti étlap 2026.11.30. - 2026.12.04.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Alsós tízórai	Gyümölcstea, Kockasajt[7,(1)], Teljes kiőrlésű kifli[1]	Gyümölcstea, Sajt[7,(1)], Margarin(7), Tk. kenyér[1], Kígyóuborka	Kakaó[7,(1)], Kakaós kalács[1,3,7]	Gyümölcstea, Zöldfűszeres túrókrém[7], Teljes kiőrlésű zsemle[1,(13)]	Gyümölcstea, Házi húskrém[7,10,(12)], Tk. kenyér[1], Paradicsom
	Energia: 188.28 Kcal / 787.01 Kj	Energia: 264.35 Kcal / 1,104.98 Kj	Energia: 284.49 Kcal / 1,189.17 Kj	Energia: 238.78 Kcal / 998.10 Kj	Energia: 377.82 Kcal / 1,579.29 Kj
	Fehérje: 5.77 g; Zsír: 3.52 g; T.Zsírsav: 1.62 g; Szénhidrát: 32.98 g; Cukor: 12.26 g; Só: 0.58 g	Fehérje: 6.35 g; Zsír: 8.22 g; T.Zsírsav: 1.94 g; Szénhidrát: 40.73 g; Cukor: 12.00 g; Só: 0.63 g	Fehérje: 10.80 g; Zsír: 6.69 g; T.Zsírsav: 3.25 g; Szénhidrát: 28.18 g; Cukor: 20.38 g; Só: 0.33 g	Fehérje: 11.36 g; Zsír: 3.52 g; T.Zsírsav: 1.51 g; Szénhidrát: 40.57 g; Cukor: 12.32 g; Só: 0.68 g	Fehérje: 10.54 g; Zsír: 11.04 g; T.Zsírsav: 4.20 g; Szénhidrát: 41.27 g; Cukor: 12.00 g; Só: 0.77 g
Alsós ebéd	Frankfurti leves[1,7,9,(6,10)], Csokis gombóc[1], Porcukor , T.K. kenyér[1,(7)], Alma	Magyaros burgonyaleves[1,3,9], Rakott zöldbab[7], T.K. kenyér[1,(7)]	Csontleves[1,3,9], Kelkáposzta főzelék[1], Sertéspörkölt[9,(1,7)], T.K. kenyér[1]	Tarhonyaleves[1,3], Mac and cheese[7,9,(1,12)], Szarvacska tészta[1,3], Pirított hagyma[1]	100% Gyümölcslé , Halfilé lenmagvas bundában[1,3,4], Párolt rizs, Tartármártás[3,7,10,(1,12)], Csokoládé figura[7,(1,5,6,8)]
	Energia: 894.12 Kcal / 3,737.42 Kj	Energia: 729.99 Kcal / 3,051.36 Kj	Energia: 722.86 Kcal / 3,021.55 Kj	Energia: 1,015.43 Kcal / 4,244.50 Kj	Energia: 933.81 Kcal / 3,903.33 Kj
	Fehérje: 24.95 g; Zsír: 10.85 g; T.Zsírsav: 3.63 g; Szénhidrát: 150.51 g; Cukor: 21.89 g; Só: 2.43 g	Fehérje: 29.90 g; Zsír: 23.20 g; T.Zsírsav: 8.68 g; Szénhidrát: 88.62 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.41 g	Fehérje: 27.52 g; Zsír: 20.94 g; T.Zsírsav: 0.89 g; Szénhidrát: 70.01 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.21 g	Fehérje: 28.68 g; Zsír: 50.83 g; T.Zsírsav: 19.05 g; Szénhidrát: 92.52 g; Cukor: 1.84 g; Só: 2.33 g	Fehérje: 27.25 g; Zsír: 27.54 g; T.Zsírsav: 7.15 g; Szénhidrát: 102.24 g; Cukor: 13.76 g; Só: 1.13 g
Alsós uzsonna	Csemege szalámi, Margarin(7), Zsemle[1], Zöldpaprika	Zala felvágott(1,6,7), Margarin(7), T.k. Kenyér[1,(7)]	Sajtos pogácsa[1,7,(6,12,13)]	Magvas vajkrém[7], T.k. Kenyér[1,(7)]	Perec[1,7], Mandarin
	Energia: 321.90 Kcal / 1,345.54 Kj	Energia: 274.51 Kcal / 1,147.45 Kj	Energia: 228.15 Kcal / 953.67 Kj	Energia: 307.13 Kcal / 1,283.80 Kj	Energia: 178.20 Kcal / 744.88 Kj
	Fehérje: 9.16 g; Zsír: 17.07 g; T.Zsírsav: 2.04 g; Szénhidrát: 31.78 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.75 g	Fehérje: 9.27 g; Zsír: 11.73 g; T.Zsírsav: 3.81 g; Szénhidrát: 32.29 g; Cukor: 0.03 g; Só: 1.25 g	Fehérje: 3.08 g; Zsír: 16.37 g; T.Zsírsav: 4.47 g; Szénhidrát: 16.86 g; Cukor: 0.18 g; Só: 0.99 g	Fehérje: 7.53 g; Zsír: 15.93 g; T.Zsírsav: 3.34 g; Szénhidrát: 33.05 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.21 g	Fehérje: 5.33 g; Zsír: 0.62 g; T.Zsírsav: 0.13 g; Szénhidrát: 37.32 g; Cukor: 1.70 g; Só: 0.79 g

Az ételsorokban a szándék szerint belekerülő allergének lettek számmal feltüntetve. Keresztszennyeződés formájában az alábbi allergének fordulhatnak elő 1. Glutén 2. Rákfélék 3. Tojás 4. Hal 5. Földimogyoró 6. Szója 7. Tej (laktóz is) 8.Diófélék 9. Zeller 10. Mustár 11. Szezámmag 12. Kén dioxid 13. Csillagfürt 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.