Heti étlap 2026.11.02. - 2026.11.06.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Felsős 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: 274.40 Kcal / 1,146.99 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: 9.32 g; Zsír: 11.68 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: 33.05 g; Cukor: 12.26 g; Só: 0.71 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
Felsős 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: 874.50 Kcal / 3,655.41 Kj	Energia: 884.23 Kcal / 3,696.08 Kj	Energia: 815.31 Kcal / 3,408.00 Kj	Energia: 744.41 Kcal / 3,111.63 Kj	Energia: 882.69 Kcal / 3,689.64 Kj
	Fehérje: 21.09 g; Zsír: 16.14 g; T.Zsírsav: 0.74 g	Fehérje: 31.32 g; Zsír: 22.49 g; T.Zsírsav: 0.89 g	Fehérje: 64.59 g; Zsír: 29.67 g; T.Zsírsav: 9.92 g	Fehérje: 29.75 g; Zsír: 30.49 g; T.Zsírsav: 4.37 g	Fehérje: 34.46 g; Zsír: 20.56 g; T.Zsírsav: 8.16 g
	Szénhidrát: 112.81 g; Cukor: 38.87 g; Só: 2.61 g	Szénhidrát: 98.26 g; Cukor: 8.99 g; Só: 1.24 g	Szénhidrát: 62.16 g; Cukor: 2.39 g; Só: 2.41 g	Szénhidrát: 80.14 g; Cukor: 0.00 g; Só: 3.45 g	Szénhidrát: 89.94 g; Cukor: 21.00 g; Só: 1.81 g
Felsős 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
Felsős 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: 5.77 g; Zsír: 3.52 g; T.Zsírsav: 1.62 g	Fehérje: 6.34 g; Zsír: 10.86 g; T.Zsírsav: 4.90 g	Fehérje: 14.63 g; Zsír: 10.11 g; T.Zsírsav: 4.66 g	Fehérje: 11.31 g; Zsír: 3.79 g; T.Zsírsav: 1.71 g	Fehérje: 6.08 g; Zsír: 1.87 g; T.Zsírsav: 0.19 g
	Szénhidrát: 32.98 g; Cukor: 12.26 g; Só: 0.58 g	Szénhidrát: 37.70 g; Cukor: 12.32 g; Só: 0.56 g	Szénhidrát: 49.26 g; Cukor: 22.86 g; Só: 0.67 g	Szénhidrát: 38.77 g; Cukor: 12.32 g; Só: 0.58 g	Szénhidrát: 38.97 g; Cukor: 12.32 g; Só: 0.68 g
Felsős 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: 505.20 Kcal / 2,111.74 Kj	Energia: 679.76 Kcal / 2,841.40 Kj	Energia: 1,102.42 Kcal / 4,608.12 Kj	Energia: 748.99 Kcal / 3,130.78 Kj	Energia: 878.27 Kcal / 3,671.17 Kj
	Fehérje: 15.98 g; Zsír: 5.68 g; T.Zsírsav: 0.71 g	Fehérje: 26.64 g; Zsír: 24.93 g; T.Zsírsav: 3.26 g	Fehérje: 50.05 g; Zsír: 53.70 g; T.Zsírsav: 18.15 g	Fehérje: 27.63 g; Zsír: 26.50 g; T.Zsírsav: 3.87 g	Fehérje: 34.08 g; Zsír: 27.78 g; T.Zsírsav: 9.10 g
	Szénhidrát: 58.57 g; Cukor: 31.88 g; Só: 1.13 g	Szénhidrát: 67.44 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.19 g	Szénhidrát: 76.59 g; Cukor: 0.00 g; Só: 3.07 g	Szénhidrát: 87.88 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.69 g	Szénhidrát: 74.52 g; Cukor: 6.36 g; Só: 1.24 g
Felsős 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: 9.10 g; Zsír: 17.01 g; T.Zsírsav: 2.04 g	Fehérje: 9.45 g; Zsír: 15.18 g; T.Zsírsav: 4.95 g	Fehérje: 6.64 g; Zsír: 15.83 g; T.Zsírsav: 3.31 g	Fehérje: 5.72 g; Zsír: 4.10 g; T.Zsírsav: 0.10 g	Fehérje: 3.99 g; Zsír: 4.71 g; T.Zsírsav: 2.60 g
	Szénhidrát: 31.39 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.76 g	Szénhidrát: 32.22 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.26 g	Szénhidrát: 31.85 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.85 g	Szénhidrát: 24.83 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.54 g	Szénhidrát: 20.46 g; Cukor: 16.25 g; Só: 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
Felsős 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: 437.20 Kcal / 1,827.50 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	Fehérje: 10.69 g; Zsír: 14.21 g; T.Zsírsav: 6.06 g	Fehérje: 14.76 g; Zsír: 9.17 g; T.Zsírsav: 4.64 g	Fehérje: 6.09 g; Zsír: 4.13 g; T.Zsírsav: 0.10 g	Fehérje: 9.30 g; Zsír: 6.00 g; T.Zsírsav: 1.78 g
	Szénhidrát: 29.46 g; Cukor: 12.30 g; Só: 0.81 g	Szénhidrát: 43.32 g; Cukor: 12.00 g; Só: 0.88 g	Szénhidrát: 52.46 g; Cukor: 35.50 g; Só: 0.06 g	Szénhidrát: 37.51 g; Cukor: 12.00 g; Só: 0.54 g	Szénhidrát: 38.15 g; Cukor: 12.32 g; Só: 0.85 g
Felsős 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: 944.58 Kcal / 3,948.34 Kj	Energia: 700.58 Kcal / 2,928.42 Kj	Energia: 556.89 Kcal / 2,327.80 Kj	Energia: 629.52 Kcal / 2,631.39 Kj	Energia: 840.50 Kcal / 3,513.29 Kj
	Fehérje: 37.89 g; Zsír: 16.81 g; T.Zsírsav: 7.00 g	Fehérje: 33.41 g; Zsír: 21.14 g; T.Zsírsav: 3.70 g	Fehérje: 22.66 g; Zsír: 19.85 g; T.Zsírsav: 7.73 g	Fehérje: 28.75 g; Zsír: 19.87 g; T.Zsírsav: 2.90 g	Fehérje: 29.27 g; Zsír: 23.98 g; T.Zsírsav: 8.27 g
	Szénhidrát: 154.26 g; Cukor: 23.27 g; Só: 2.09 g	Szénhidrát: 86.23 g; Cukor: 11.49 g; Só: 1.15 g	Szénhidrát: 63.93 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.34 g	Szénhidrát: 67.15 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.04 g	Szénhidrát: 70.87 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.63 g
Felsős 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	Fehérje: 6.22 g; Zsír: 5.73 g; T.Zsírsav: 0.05 g	Fehérje: 10.64 g; Zsír: 11.17 g; T.Zsírsav: 4.22 g	Fehérje: 8.33 g; Zsír: 10.46 g; T.Zsírsav: 2.97 g	Fehérje: 4.72 g; Zsír: 10.80 g; T.Zsírsav: 3.29 g
	Szénhidrát: 28.72 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.28 g	Szénhidrát: 28.50 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.58 g	Szénhidrát: 26.18 g; Cukor: 0.32 g; Só: 0.75 g	Szénhidrát: 28.65 g; Cukor: 0.08 g; Só: 1.04 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
Felsős 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	Fehérje: 5.86 g; Zsír: 8.23 g; T.Zsírsav: 1.98 g	Fehérje: 12.15 g; Zsír: 6.97 g; T.Zsírsav: 3.36 g	Fehérje: 7.42 g; Zsír: 4.88 g; T.Zsírsav: 1.78 g	Fehérje: 8.65 g; Zsír: 3.12 g; T.Zsírsav: 1.11 g
	Szénhidrát: 17.82 g; Cukor: 10.78 g; Só: 1.01 g	Szénhidrát: 36.49 g; Cukor: 12.32 g; Só: 0.60 g	Szénhidrát: 29.84 g; Cukor: 23.98 g; Só: 0.35 g	Szénhidrát: 41.56 g; Cukor: 12.32 g; Só: 0.90 g	Szénhidrát: 31.97 g; Cukor: 12.81 g; Só: 0.58 g
Felsős ebéd	Bableves gazdagon[1,3,9], Tejberizs[7], Eperöntet(12), Alma, T.K. kenyér[1]	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: 957.05 Kcal / 4,000.47 Kj	Energia: 693.72 Kcal / 2,899.75 Kj	Energia: 941.81 Kcal / 3,936.77 Kj	Energia: 647.35 Kcal / 2,705.92 Kj	Energia: 569.74 Kcal / 2,381.51 Kj
	Fehérje: 33.67 g; Zsír: 22.15 g; T.Zsírsav: 4.67 g	Fehérje: 32.51 g; Zsír: 24.03 g; T.Zsírsav: 6.47 g	Fehérje: 54.51 g; Zsír: 18.10 g; T.Zsírsav: 4.92 g	Fehérje: 20.48 g; Zsír: 5.26 g; T.Zsírsav: 0.31 g	Fehérje: 14.44 g; Zsír: 20.89 g; T.Zsírsav: 7.37 g
	Szénhidrát: 142.53 g; Cukor: 62.77 g; Só: 1.37 g	Szénhidrát: 75.15 g; Cukor: 3.18 g; Só: 3.22 g	Szénhidrát: 112.06 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.73 g	Szénhidrát: 100.66 g; Cukor: 3.00 g; Só: 1.13 g	Szénhidrát: 11.29 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.94 g
Felsős 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	Fehérje: 9.27 g; Zsír: 11.73 g; T.Zsírsav: 3.81 g	Fehérje: 7.85 g; Zsír: 8.74 g; T.Zsírsav: 1.25 g	Fehérje: 7.96 g; Zsír: 4.30 g; T.Zsírsav: 0.18 g	Fehérje: 1.83 g; Zsír: 3.07 g; T.Zsírsav: 1.20 g
	Szénhidrát: 32.20 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.01 g	Szénhidrát: 32.29 g; Cukor: 0.03 g; Só: 1.25 g	Szénhidrát: 25.08 g; Cukor: 0.32 g; Só: 0.90 g	Szénhidrát: 34.13 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.34 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
Felsős 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
Felsős 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: 935.63 Kcal / 3,910.93 Kj	Energia: 816.73 Kcal / 3,413.93 Kj	Energia: 776.63 Kcal / 3,246.31 Kj	Energia: 1,031.97 Kcal / 4,313.63 Kj	Energia: 965.09 Kcal / 4,034.08 Kj
	Fehérje: 25.85 g; Zsír: 11.23 g; T.Zsírsav: 3.76 g; Szénhidrát: 156.89 g; Cukor: 22.89 g; Só: 2.48 g	Fehérje: 32.69 g; Zsír: 26.10 g; T.Zsírsav: 9.53 g; Szénhidrát: 92.50 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.32 g	Fehérje: 30.43 g; Zsír: 24.00 g; T.Zsírsav: 1.00 g; Szénhidrát: 73.61 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.29 g	Fehérje: 29.11 g; Zsír: 51.61 g; T.Zsírsav: 19.34 g; Szénhidrát: 94.44 g; Cukor: 1.84 g; Só: 2.37 g	Fehérje: 27.29 g; Zsír: 27.54 g; T.Zsírsav: 7.15 g; Szénhidrát: 103.45 g; Cukor: 14.26 g; Só: 1.16 g
Felsős 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.