

Heti étlap 2022.08.01. - 2022.08.05.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Alkalmazotti ebéd	Kolbászos bableves, Aranygaluska, Vanília öntet, Alma, T.K. kenyér			Tarhonyaleves, Sült csirkecomb, Petrezselymes parázsburgonya, Uborka saláta			Citromos halgaluska leves, Bácskai rizseshús, Káposzta saláta			Zellerkrémleves, Levesgyöngy, Csirkepörkölt, Szarvacska tészta, Csemege uborka			Magyaros gombaleves, Rántott sertésborda, Fűszeres parázsburgonya		
	Energia: 1,563.97 Kcal / 6,537.39 KJ			Energia: 1,054.86 Kcal / 4,409.31 KJ			Energia: 977.17 Kcal / 4,084.57 KJ			Energia: 889.00 Kcal / 3,716.02 KJ			Energia: 1,291.44 Kcal / 5,398.22 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	51.42 g	35.81 g	8.30 g	75.88 g	27.88 g	7.31 g	32.14 g	26.32 g	1.37 g	39.26 g	24.87 g	5.68 g	44.86 g	16.65 g	3.22 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
225.01 g	57.24 g	1.30 g	93.41 g	11.99 g	1.69 g	112.57 g	11.99 g	1.57 g	96.42 g	0.00 g	1.64 g	111.59 g	0.00 g	1.55 g	
1,3,7,8,9,(6),(12)			1,3,(7)			1,3,4,9			1,3,7,9,10			1,3,9			

Heti étlap 2022.08.08. - 2022.08.12.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Alkalmazotti ebéd	Palócleves, Csokis gombóc, Porcukor, Alma			Karalábé leves, Kolbászos lecsó, Párolt rizs			Vegyes gyümölcsleves, Vagdalt, Kelkáposzta főzelék, T.K. kenyér			Májgaluskaleves, Pásztortarhonya, Káposzta saláta			Hentestokány, Párolt rizs, Tejfölös burgonyaleves		
	Energia: 1,090.78 Kcal / 4,559.46 KJ			Energia: 792.99 Kcal / 3,314.70 KJ			Energia: 1,008.22 Kcal / 4,214.36 KJ			Energia: 908.44 Kcal / 3,797.28 KJ			Energia: 837.00 Kcal / 3,498.66 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	29.84 g	18.77 g	1.55 g	17.90 g	15.85 g	4.94 g	35.89 g	28.36 g	9.26 g	37.14 g	35.31 g	6.51 g	33.02 g	19.66 g	5.01 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
166.52 g	24.98 g	1.01 g	86.28 g	0.00 g	1.88 g	121.05 g	29.97 g	1.66 g	85.89 g	11.99 g	1.59 g	87.50 g	0.00 g	1.57 g	
1,7,9			1,3,7,9			1,3,7,9			1,3,9			1,3,7,9,10,(6)			

Heti étlap 2022.08.15. - 2022.08.19.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Alkalmazotti ebéd	Sertés raguleves, Burgonyás kocka, Csemege uborka			Fokhagyma krémleves, Zsemlekocka, Zöldséges bulgur csirkehússal			Húsleves, Főtt darált sertéshús, Paradicsommártás, Főtt burgonya, T.K. kenyér			Fahéjas szilvaleves, Halfilé lenmagvas bundában, Párolt rizs, Tartármártás			Lebbencsleves, Reform töltött káposzta, T.K. kenyér		
	Energia: 777.21 Kcal / 3,248.74 KJ			Energia: 638.53 Kcal / 2,669.06 KJ			Energia: 985.90 Kcal / 4,121.06 KJ			Energia: 1,193.96 Kcal / 4,990.75 KJ			Energia: 776.19 Kcal / 3,244.47 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	28.58 g	16.91 g	1.05 g	34.00 g	19.71 g	4.54 g	44.23 g	15.29 g	0.83 g	36.16 g	30.11 g	4.79 g	34.56 g	35.87 g	11.59 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
94.76 g	0.00 g	1.71 g	71.24 g	0.00 g	1.41 g	128.12 g	19.98 g	1.45 g	140.41 g	28.98 g	1.40 g	73.74 g	0.00 g	1.43 g	
1,3,9,10			1,7,9			1,3,9			1,3,4,7,10,(6),(8),(12)			1,3,9,(12)			

Az ételsorokban a szándék szerint belekerülő allergének lettek számmal feltüntetve. Keresztzennyeződés 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. Szezám 12. Kén-dioxid 13. Csillagfürt 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Heti étlap 2022.08.22. - 2022.08.26.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Alkalmazotti ebéd	Lencsegulyás gazdagon, Burgonyás nudli, Sárgabarack lekvár, Porcukor, Tk kenyér, Alma			Karalábé leves, Fűszeres-hagymás csirkemáj, Párolt rizs, Banán			Vegyes gyümölcsleves, Rántott csirkecomb filé, Zöldborsófőzelék, T.K. kenyér			Sajtkrémleves, Levesgyöngy, Ketchupos sült csirkecomb, Petrezselymes parázsburgonya			Paradicsomleves, Rakott karfiol, T.K. kenyér		
	Energia: 999.22 Kcal / 4,176.74 KJ			Energia: 1,027.46 Kcal / 4,294.78 KJ			Energia: 1,514.74 Kcal / 6,331.61 KJ			Energia: 1,084.30 Kcal / 4,532.37 KJ			Energia: 1,038.53 Kcal / 4,341.06 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	25.43 g	19.23 g	2.36 g	36.89 g	17.35 g	5.67 g	55.73 g	16.80 g	2.74 g	77.48 g	36.32 g	7.51 g	37.33 g	36.37 g	14.07 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	126.47 g	54.95 g	1.88 g	120.72 g	0.00 g	1.65 g	158.56 g	29.97 g	1.94 g	91.63 g	5.60 g	1.82 g	112.96 g	21.98 g	1.55 g
1,3,9			1,3,7,9			1,3,7,9			1,3,7,9			1,3,7,9			

Heti étlap 2022.08.29. - 2022.09.02.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Alkalmazotti ebéd	Húsgombóclevés, Dió szórat, Fodros metélt, Alma			Lengyeles árpagyöngy leves, Sertéspörkölt, Tökfőzelék, T.K. kenyér			Magyaros gombaleves, Rakott burgonya, Csemege uborka			Tavaszi zöldségleves, Székelykáposzta, T.K. kenyér			Tarhonyaleves, Halrudacska, Mexikói rizs, Tartármártás, Alma		
	Energia: 902.79 Kcal / 3,773.66 KJ			Energia: 814.81 Kcal / 3,405.91 KJ			Energia: 749.59 Kcal / 3,133.29 KJ			Energia: 746.95 Kcal / 3,122.25 KJ			Energia: 989.19 Kcal / 4,134.81 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	27.54 g	23.65 g	4.74 g	32.24 g	33.19 g	2.77 g	30.15 g	24.84 g	9.26 g	31.17 g	35.07 g	5.23 g	47.34 g	39.04 g	7.12 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	120.34 g	20.73 g	1.40 g	62.01 g	0.00 g	1.13 g	69.82 g	0.00 g	1.07 g	60.92 g	0.00 g	1.44 g	108.51 g	4.00 g	1.35 g
1,3,8,9			1,7,9			1,3,7,9,10			1,3,7,9,(12)			1,3,4,7,9,10,(12)			

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. Szezám 12. Kén-dioxid 13. Csillagfű 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.