

Idős normál

ÉTLAP

2026. augusztus 3 - 2026. augusztus 9

| Étkezés | 2026.08.03<br>Hétfő                                                                                                                                                                                                                                                                  | 2026.08.04<br>Kedd                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 2026.08.05<br>Szerda                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 2026.08.06<br>Csütörtök                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 2026.08.07<br>Péntek                                                                                                                                                                                                                                        | 2026.08.08<br>Szombat                                                                                                                                                                                                                                    | 2026.08.09<br>Vasárnap                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ebéd    | <b>Sárgarépakrém leves,<br/>Pirított zsemlekocka<sup>1</sup></b><br>E: 180kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 1,3g<br><b>Bakonyi sertésapró,<br/>Tészta köret<sup>1,7</sup></b><br>E: 889kcal, Zsír: 35g, T.zsír: 6g, Feh.: 40g, CH: 101g, Cuk: 0g, Só: 0,8g | <b>Palóc leves (sertés)<sup>1,7</sup></b><br>E: 320kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 3g, Feh.: 15g, CH: 17g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><b>Makaróni tészta,<br/>Reszelt sajt, Tejföl<br/>öntet<sup>1,7</sup></b><br>E: 638kcal, Zsír: 28g, T.zsír: 9g, Feh.: 20g, CH: 75g, Cuk: 0g, Só: 0,5g<br><b>Alma</b><br>E: 52kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,0g | <b>Karalábé leves,<br/>Levesbetét<sup>1,9</sup></b><br>E: 252kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 2g, Feh.: 3g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><b>Húsgombóc(sertés),<br/>Paradicsom mártás,<br/>Főtt burgonya 1/2<sup>1,3,9</sup></b><br>E: 691kcal, Zsír: 30g, T.zsír: 1g, Feh.: 27g, CH: 76g, Cuk: 10g, Só: 0,8g | <b>Csurgatott tojásleves<sup>1,3</sup></b><br>E: 96kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 10g, Cuk: 0g, Só: 0,1g<br><b>Pásztortarhonya<sup>1</sup></b><br>E: 696kcal, Zsír: 28g, T.zsír: 6g, Feh.: 30g, CH: 80g, Cuk: 0g, Só: 2,2g<br><b>Cékla saláta</b><br>E: 51kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 1,0g | <b>Citromos almaleves<sup>7</sup></b><br>E: 245kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 2g, Feh.: 3g, CH: 48g, Cuk: 20g, Só: 0,6g<br><b>Sajtos csirkemell<br/>szelet, Rizi-bizi<sup>7</sup></b><br>E: 931kcal, Zsír: 42g, T.zsír: 22g, Feh.: 67g, CH: 70g, Cuk: 0g, Só: 8,1g | <b>Köménymagleves,<br/>Pirított zsemlekocka<sup>1</sup></b><br>E: 114kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 2g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,2g<br><b>Rakott brokkoli<sup>7</sup></b><br>E: 727kcal, Zsír: 39g, T.zsír: 15g, Feh.: 56g, CH: 36g, Cuk: 0g, Só: 2,6g | <b>Zöldborsóleves,<br/>Levesbetét<sup>1,9</sup></b><br>E: 170kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 10g, CH: 30g, Cuk: 2g, Só: 0,2g<br><b>Csirkepaprikás ,<br/>Tészta köret<sup>1,7</sup></b><br>E: 729kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 3g, Feh.: 42g, CH: 96g, Cuk: 0g, Só: 0,7g |

**Allergének:**  
1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

Natív cukormentes

ÉTLAP

2026. augusztus 3 - 2026. augusztus 9

| Étkezés | 2026.08.03<br>Hétfő                                                                                                                                                                                                                                                          | 2026.08.04<br>Kedd                                                                                                                                                                                                                                                 | 2026.08.05<br>Szerda                                                                                                                                                                                                                               | 2026.08.06<br>Csütörtök                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 2026.08.07<br>Péntek                                                                                                                                                                                                                  | 2026.08.08<br>Szombat                                                                                                                                                                                                                              | 2026.08.09<br>Vasárnap                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ebéd    | <b>Sárgarépakrém leves, Pirított zsemlekocka<sup>1</sup></b><br>E: 180kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 1,3g<br><b>Bakonyi sertésapró, Tészta köret<sup>1,7</sup></b><br>E: 889kcal, Zsír: 35g, T.zsír: 6g, Feh.: 40g, CH: 101g, Cuk: 0g, Só: 0,8g | <b>Palóc leves (sertés)<sup>1,7</sup></b><br>E: 320kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 3g, Feh.: 15g, CH: 17g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><b>Tejbendara diab, Fahéj szórás cukormentes<sup>1,7</sup></b><br>E: 369kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 2g, Feh.: 16g, CH: 64g, Cuk: 0g, Só: 0,6g | <b>Karalábé leves<sup>1</sup></b><br>E: 115kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,7g<br><b>Zöldséges csirke tokány, Párolt rizs<sup>1</sup></b><br>E: 686kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 2g, Feh.: 34g, CH: 89g, Cuk: 0g, Só: 0,8g | <b>Csurgatott tojásleves<sup>1,3</sup></b><br>E: 96kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 10g, Cuk: 0g, Só: 0,1g<br><b>Pásztortarhonya<sup>1</sup></b><br>E: 696kcal, Zsír: 28g, T.zsír: 6g, Feh.: 30g, CH: 80g, Cuk: 0g, Só: 2,2g<br><b>Cékla saláta</b><br>E: 51kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 1,0g | <b>Citromos almaleves diab<sup>7</sup></b><br>E: 164kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 2g, Feh.: 3g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><b>Sült csirkemell, Rizi-bizi</b><br>E: 520kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 1g, Feh.: 33g, CH: 68g, Cuk: 0g, Só: 0,7g | <b>Köménymagles, Pirított zsemlekocka<sup>1</sup></b><br>E: 114kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 2g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,2g<br><b>Rakott brokkoli<sup>7</sup></b><br>E: 727kcal, Zsír: 39g, T.zsír: 15g, Feh.: 56g, CH: 36g, Cuk: 0g, Só: 2,6g | <b>Zöldborsóleves, Levesbetét<sup>1,9</sup></b><br>E: 170kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 10g, CH: 30g, Cuk: 2g, Só: 0,2g<br><b>Csirkepaprikás, Tészta köret<sup>1,7</sup></b><br>E: 729kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 3g, Feh.: 42g, CH: 96g, Cuk: 0g, Só: 0,7g |

**Allergének:**  
1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

Epekímélő

ÉTLAP

2026. augusztus 3 - 2026. augusztus 9

| Étkezés | 2026.08.03<br>Hétfő                                                                                                                                                                                                                                                                              | 2026.08.04<br>Kedd                                                                                                                                                                                                                                              | 2026.08.05<br>Szerda                                                                                                                                                                                                                                               | 2026.08.06<br>Csütörtök                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 2026.08.07<br>Péntek                                                                                                                                                                                                                             | 2026.08.08<br>Szombat                                                                                                                                                                                                                                            | 2026.08.09<br>Vasárnap                                                                                                                                                                                                                                                  |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ebéd    | <b>Sárgarépakrémleves<br/>TM, Pirított<br/>zsemlekocka<sup>1</sup></b><br><br>E: 187kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 3g, Feh.: 3g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><b>Sertés aprópecsenye,<br/>Tészta köret<sup>1</sup></b><br><br>E: 747kcal, Zsír: 24g, T.zsír: 2g, Feh.: 37g, CH: 94g, Cuk: 0g, Só: 1,2g | <b>Sertés raguleves<sup>9</sup></b><br><br>E: 175kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 1g, Feh.: 14g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,8g<br><b>Tejbendara, rizstejes,<br/>Fahéj szórás<sup>1</sup></b><br><br>E: 410kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 88g, Cuk: 20g, Só: 0,2g | <b>Zellerleves epés<sup>1,9</sup></b><br><br>E: 108kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 1,1g<br><b>Zöldséges csirke<br/>tokány, Párolt rizs<sup>1</sup></b><br><br>E: 686kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 2g, Feh.: 34g, CH: 89g, Cuk: 0g, Só: 0,8g | <b>Rántott leves, Pirított<br/>zsemlekocka<sup>1</sup></b><br><br>E: 191kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 3g, Feh.: 2g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><b>Pásztortarhonya<sup>1</sup></b><br><br>E: 512kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 1g, Feh.: 27g, CH: 64g, Cuk: 0g, Só: 0,7g<br><b>Cékla saláta</b><br><br>E: 51kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 1,0g | <b>Citromos almaleves<br/>TM, GM</b><br><br>E: 163kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 36g, Cuk: 20g, Só: 0,5g<br><b>Sült csirkemell,<br/>Karottás rizs</b><br><br>E: 630kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 2g, Feh.: 33g, CH: 83g, Cuk: 0g, Só: 1,3g | <b>Köménymaglevés,<br/>Pirított zsemlekocka<sup>1</sup></b><br><br>E: 114kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 2g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,2g<br><b>Rakott vegyes zöldség<br/>TM</b><br><br>E: 605kcal, Zsír: 33g, T.zsír: 1g, Feh.: 23g, CH: 51g, Cuk: 0g, Só: 1,5g | <b>Zöldségleves,<br/>Levesbetét<sup>1</sup></b><br><br>E: 107kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 10g, Cuk: 0g, Só: 0,5g<br><b>Csirkepaprikás TM,<br/>Tészta köret<sup>1</sup></b><br><br>E: 725kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 3g, Feh.: 37g, CH: 95g, Cuk: 0g, Só: 0,7g |

**Allergének:**  
1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezám és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

Gluténmentes, epés

ÉTLAP

2026. augusztus 3 - 2026. augusztus 9

| Étkezés | 2026.08.03<br>Hétfő                                                                                                                                                                                                                                                          | 2026.08.04<br>Kedd                                                                                                                                                                                                                                               | 2026.08.05<br>Szerda                                                                                                                                                                                                                                  | 2026.08.06<br>Csütörtök                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 2026.08.07<br>Péntek                                                                                                                                                                                                                         | 2026.08.08<br>Szombat                                                                                                                                                                                                                                   | 2026.08.09<br>Vasárnap                                                                                                                                                                                                                                |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ebéd    | <b>Sárgarépakrémleves GM TM, Pirított kenyérkocka GM</b><br><br>E: 154kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><br><b>Tészta köret GM, Sertés aprópecsenye GM</b><br><br>E: 671kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 2g, Feh.: 28g, CH: 84g, Cuk: 0g, Só: 1,8g | <b>Sertés raguleves<sup>9</sup></b><br><br>E: 175kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 1g, Feh.: 14g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,8g<br><br><b>Tejbendara kukoricadarával GM., TM, Fahéj szórás</b><br><br>E: 485kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 7g, CH: 99g, Cuk: 32g, Só: 0,3g | <b>Zellerleves GM<sup>9</sup></b><br><br>E: 133kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 1,1g<br><br><b>Zöldséges csirke tokány GM, Párolt rizs</b><br><br>E: 685kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 2g, Feh.: 34g, CH: 89g, Cuk: 0g, Só: 0,8g | <b>Rántott leves GM, Pirított kenyérkocka GM</b><br><br>E: 212kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><br><b>Pásztortarhonya GM</b><br><br>E: 754kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 1g, Feh.: 27g, CH: 120g, Cuk: 0g, Só: 0,8g<br><br><b>Cékla saláta</b><br><br>E: 51kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 1,0g | <b>Citromos almaleves TM, GM</b><br><br>E: 163kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 36g, Cuk: 20g, Só: 0,5g<br><br><b>Sült csirkemell, Karottás rizs</b><br><br>E: 630kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 2g, Feh.: 33g, CH: 83g, Cuk: 0g, Só: 1,3g | <b>Köménymagleves GM, Pirított kenyérkocka GM</b><br><br>E: 233kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 2g, Feh.: 2g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><br><b>Rakott vegyes zöldség TM</b><br><br>E: 605kcal, Zsír: 33g, T.zsír: 1g, Feh.: 23g, CH: 51g, Cuk: 0g, Só: 1,5g | <b>Zöldségleves, Levesbetét GM</b><br><br>E: 110kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><br><b>Csirkepaprikás GM, TM, Tészta köret GM</b><br><br>E: 653kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 2g, Feh.: 32g, CH: 85g, Cuk: 0g, Só: 1,3g |

**Allergének:**  
1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezám és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

ÉTLAP

2026. augusztus 10 - 2026. augusztus 16

Idős normál

| Étkezés | 2026.08.10<br>Hétfő                                                                                                                                                                                                                                              | 2026.08.11<br>Kedd                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 2026.08.12<br>Szerda                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 2026.08.13<br>Csütörtök                                                                                                                                                                                                       | 2026.08.14<br>Péntek                                                                                                                                                                                                                                                    | 2026.08.15<br>Szombat                                                                                                                                                                                                                                                  | 2026.08.16<br>Vasárnap                                                                                                                                                                                                                        |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ebéd    | <b>Csontleves, Levesbetét<sup>1,9</sup></b><br>E: 77kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g<br><b>Majorannás burgonyafőzelék, Sült virsli<sup>1,7</sup></b><br>E: 462kcal, Zsír: 25g, T.zsír: 9g, Feh.: 19g, CH: 40g, Cuk: 0g, Só: 1,3g | <b>Kapros zöldséges sertésraguleves<sup>7</sup></b><br>E: 314kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 3g, Feh.: 33g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 1,2g<br><b>Csokoládé öntet<sup>7</sup></b><br>E: 324kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 3g, Feh.: 11g, CH: 51g, Cuk: 26g, Só: 0,6g<br><b>Piskóta kocka, Gyümölcs<sup>1,3</sup></b><br>E: 472kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 0g, Feh.: 8g, CH: 65g, Cuk: 0g, Só: 0,1g | <b>Vegyes gyümölcsleves<sup>7</sup></b><br>E: 222kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 43g, Cuk: 35g, Só: 0,0g<br><b>Rántott tengeri halrudacska, Párolt rizs<sup>1,3,4</sup></b><br>E: 763kcal, Zsír: 28g, T.zsír: 2g, Feh.: 23g, CH: 102g, Cuk: 0g, Só: 0,0g<br><b>Csemege uborka<sup>10</sup></b><br>E: 11kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,5g | <b>Zöldbableves (magyaros)<sup>1,3</sup></b><br>E: 94kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,1g<br><b>Tavaszi rizseshús</b><br>E: 601kcal, Zsír: 18g, T.zsír: 1g, Feh.: 30g, CH: 76g, Cuk: 0g, Só: 1,1g | <b>Zellerkrémleves, Levesgyöngy<sup>1,3,7,9</sup></b><br>E: 170kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 17g, Cuk: 0g, Só: 0,3g<br><b>Fejtett babfőzelék, Sült debreceni<sup>1,7</sup></b><br>E: 709kcal, Zsír: 33g, T.zsír: 12g, Feh.: 37g, CH: 60g, Cuk: 0g, Só: 3,4g | <b>Zöldborsóleves, Levesbetét<sup>1,9</sup></b><br>E: 170kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 10g, CH: 30g, Cuk: 2g, Só: 0,2g<br><b>BBQ csirkemell szelet, Párolt rizs<sup>1,9,10</sup></b><br>E: 822kcal, Zsír: 28g, T.zsír: 3g, Feh.: 41g, CH: 97g, Cuk: 11g, Só: 10,0g | <b>Gombaleves, Levesbetét<sup>1,7</sup></b><br>E: 234kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 2g, Feh.: 10g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,8g<br><b>Rakott burgonya<sup>3,6,7</sup></b><br>E: 628kcal, Zsír: 29g, T.zsír: 9g, Feh.: 24g, CH: 68g, Cuk: 0g, Só: 2,3g |

**Allergének:**  
1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

Natív cukormentes

ÉTLAP

2026. augusztus 10 - 2026. augusztus 16

| Étkezés | 2026.08.10<br>Hétfő                                                                                                                                                                                                                                              | 2026.08.11<br>Kedd                                                                                                                                                                                                                        | 2026.08.12<br>Szerda                                                                                                                                                                                                                       | 2026.08.13<br>Csütörtök                                                                                                                                                                                                                                 | 2026.08.14<br>Péntek                                                                                                                                                                                                                                                        | 2026.08.15<br>Szombat                                                                                                                                                                                                                                                  | 2026.08.16<br>Vasárnap                                                                                                                                                                                                                        |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ebéd    | <b>Csontleves, Levesbetét<sup>1,9</sup></b><br>E: 77kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g<br><b>Majorannás burgonyafőzelék, Sült virsli<sup>1,7</sup></b><br>E: 462kcal, Zsír: 25g, T.zsír: 9g, Feh.: 19g, CH: 40g, Cuk: 0g, Só: 1,3g | <b>Sertés raguleves</b><br>E: 209kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 1g, Feh.: 18g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 1,2g<br><b>Darás metélt, Baracklekvár öntet<sup>1</sup></b><br>E: 1 020kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 2g, Feh.: 27g, CH: 183g, Cuk: 0g, Só: 0,1g | <b>Vegyes gyümölcsleves diab.<sup>7</sup></b><br>E: 86kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 0,0g<br><b>Sült csirkemell, Karottás rizs</b><br>E: 630kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 2g, Feh.: 33g, CH: 83g, Cuk: 0g, Só: 1,3g | <b>Zöldségleves, Levesbetét<sup>1</sup></b><br>E: 123kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><b>Csirkepaprikás , Tészta köret<sup>1,7</sup></b><br>E: 729kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 3g, Feh.: 42g, CH: 96g, Cuk: 0g, Só: 0,7g | <b>Zellerkrémleves, Pirított zsemlekocka<sup>1,7,9</sup></b><br>E: 172kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,3g<br><b>Fejtett babfőzelék, Sült virsli<sup>1,7</sup></b><br>E: 674kcal, Zsír: 33g, T.zsír: 10g, Feh.: 34g, CH: 60g, Cuk: 0g, Só: 1,8g | <b>Zöldborsóleves, Levesbetét<sup>1,9</sup></b><br>E: 170kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 10g, CH: 30g, Cuk: 2g, Só: 0,2g<br><b>BBQ csirkemell szelet, Párolt rizs<sup>1,9,10</sup></b><br>E: 822kcal, Zsír: 28g, T.zsír: 3g, Feh.: 41g, CH: 97g, Cuk: 11g, Só: 10,0g | <b>Gombaleves, Levesbetét<sup>1,7</sup></b><br>E: 234kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 2g, Feh.: 10g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,8g<br><b>Rakott burgonya<sup>3,6,7</sup></b><br>E: 628kcal, Zsír: 29g, T.zsír: 9g, Feh.: 24g, CH: 68g, Cuk: 0g, Só: 2,3g |

**Allergének:**  
1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

Epekímélő

ÉTLAP

2026. augusztus 10 - 2026. augusztus 16

| Étkezés | 2026.08.10<br>Hétfő                                                                                                                                                                                                                                               | 2026.08.11<br>Kedd                                                                                                                                                                                                                                   | 2026.08.12<br>Szerda                                                                                                                                                                                                        | 2026.08.13<br>Csütörtök                                                                                                                                                                                                                                 | 2026.08.14<br>Péntek                                                                                                                                                                                                                                                      | 2026.08.15<br>Szombat                                                                                                                                                                                                                       | 2026.08.16<br>Vasárnap                                                                                                                                                                                                                  |
|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ebéd    | <b>Csontleves, Levesbetét<sup>1,9</sup></b><br>E: 77kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g<br><b>Majorannás burgonyafőzelék TM, Sült virsli<sup>1</sup></b><br>E: 547kcal, Zsír: 30g, T.zsír: 9g, Feh.: 19g, CH: 49g, Cuk: 0g, Só: 4,2g | <b>Sertés raguleves<sup>9</sup></b><br>E: 175kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 1g, Feh.: 14g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,8g<br><b>Metélt tészta, Baracklekvár öntet<sup>1</sup></b><br>E: 705kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 2g, Feh.: 14g, CH: 113g, Cuk: 27g, Só: 0,1g | <b>Fahéjas almaleves TM</b><br>E: 185kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 44g, Cuk: 20g, Só: 0,5g<br><b>Sült csirkemell, Karottás rizs</b><br>E: 630kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 2g, Feh.: 33g, CH: 83g, Cuk: 0g, Só: 1,3g | <b>Zöldségleves, Levesbetét<sup>1</sup></b><br>E: 107kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 10g, Cuk: 0g, Só: 0,5g<br><b>Csirkepaprikás TM, Tészta köret<sup>1</sup></b><br>E: 725kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 3g, Feh.: 37g, CH: 95g, Cuk: 0g, Só: 0,7g | <b>Zellerkrémleves TM, Pirított zsemlekokca<sup>1,9</sup></b><br>E: 148kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 3g, Feh.: 3g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g<br><b>Karotta főzelék TM, Sült virsli<sup>1</sup></b><br>E: 525kcal, Zsír: 31g, T.zsír: 9g, Feh.: 17g, CH: 43g, Cuk: 8g, Só: 2,4g | <b>Brokkoli leves, Levesbetét<sup>1</sup></b><br>E: 196kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 2g, Feh.: 5g, CH: 17g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><b>Sült csirkemell, Párolt rizs</b><br>E: 636kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 2g, Feh.: 33g, CH: 79g, Cuk: 0g, Só: 0,7g | <b>Zellerleves, Levesbetét<sup>1,9</sup></b><br>E: 146kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 1,1g<br><b>Rakott burgonya virslis TM</b><br>E: 583kcal, Zsír: 23g, T.zsír: 5g, Feh.: 24g, CH: 69g, Cuk: 0g, Só: 2,4g |

**Allergének:**  
1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket.  
A változás jogát fenntartjuk!

Gluténmentes, epés

ÉTLAP

2026. augusztus 10 - 2026. augusztus 16

| Étkezés | 2026.08.10<br>Hétfő                                                                                                                                                                                                                                                          | 2026.08.11<br>Kedd                                                                                                                                                                                                                                 | 2026.08.12<br>Szerda                                                                                                                                                                                                                  | 2026.08.13<br>Csütörtök                                                                                                                                                                                                                                 | 2026.08.14<br>Péntek                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2026.08.15<br>Szombat                                                                                                                                                                                                                               | 2026.08.16<br>Vasárnap                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ebéd    | <b>Csontleves,<br/>Levesbetét GM<sup>9</sup></b><br>E: 80kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g,<br>CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,4g<br><b>Majorannás<br/>burgonyafőzelék GM,<br/>TM, Sült virsli</b><br>E: 553kcal, Zsír: 30g, T.zsír: 9g, Feh.:<br>19g, CH: 51g, Cuk: 0g, Só: 4,2g | <b>Sertés raguleves<sup>9</sup></b><br>E: 175kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 1g, Feh.:<br>14g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,8g<br><b>Metélt tészta GM,<br/>Baracklevár öntet</b><br>E: 566kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.:<br>6g, CH: 109g, Cuk: 27g, Só: 0,6g | <b>Fahéjas almaleves TM</b><br>E: 185kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.:<br>0g, CH: 44g, Cuk: 20g, Só: 0,5g<br><b>Sült csirkemell,<br/>Karottás rizs</b><br>E: 630kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 2g, Feh.:<br>33g, CH: 83g, Cuk: 0g, Só: 1,3g | <b>Zöldségleves,<br/>Levesbetét GM</b><br>E: 110kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.:<br>2g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><b>Csirkepaprikás GM,<br/>TM, Tészta köret GM</b><br>E: 653kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 2g, Feh.:<br>32g, CH: 85g, Cuk: 0g, Só: 1,3g | <b>Zellerkrémleves* GM<br/>TM, Pirított<br/>kenyérkocka GM<sup>9</sup></b><br>E: 145kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.:<br>2g, CH: 20g, Cuk: 0g, Só: 1,1g<br><b>Karotta főzelék GM,<br/>TM, Sült virsli</b><br>E: 523kcal, Zsír: 31g, T.zsír: 9g, Feh.:<br>16g, CH: 44g, Cuk: 8g, Só: 2,4g | <b>Brokkoli leves GM,<br/>Levesbetét GM</b><br>E: 199kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 2g, Feh.:<br>4g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,7g<br><b>Sült csirkemell, Párolt<br/>rizs</b><br>E: 636kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 2g, Feh.:<br>33g, CH: 79g, Cuk: 0g, Só: 0,7g | <b>Zellerleves GM,<br/>Levesbetét GM<sup>9</sup></b><br>E: 173kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.:<br>3g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 1,1g<br><b>Rakott burgonya<br/>virslis TM</b><br>E: 583kcal, Zsír: 23g, T.zsír: 5g, Feh.:<br>24g, CH: 69g, Cuk: 0g, Só: 2,4g |

**Allergének:**  
1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt



Idős normál

ÉTLAP

2026. augusztus 17 - 2026. augusztus 23

| Étkezés | 2026.08.17<br>Hétfő                                                                                                                                                                                                                                 | 2026.08.18<br>Kedd                                                                                                                                                                                                                                                                        | 2026.08.19<br>Szerda                                                                                                                                                                                                                         | 2026.08.20<br>Csütörtök                                                                                                                                                                                                                                                                    | 2026.08.21<br>Péntek                                                                                                                                                                                                                                                          | 2026.08.22<br>Szombat                                                                                                                                                                                                                                            | 2026.08.23<br>Vasárnap                                                                                                                                                                                                                     |
|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ebéd    | <b>Lebbencsleves</b> <sup>1,9</sup><br>E: 153kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,1g<br><b>Bolognai spagetti, Reszelt sajt</b> <sup>1,7</sup><br>E: 783kcal, Zsír: 30g, T.zsír: 4g, Feh.: 32g, CH: 94g, Cuk: 12g, Só: 1,4g | <b>Tejfőlös karfiolleves, Levesbetét</b> <sup>1,3,7</sup><br>E: 340kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 2g, Feh.: 19g, CH: 44g, Cuk: 0g, Só: 0,7g<br><b>Finomfőzelék, Csirke nuggets - sütőben sültve</b> <sup>1,3,7</sup><br>E: 438kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 2g, Feh.: 25g, CH: 47g, Cuk: 4g, Só: 1,8g | <b>Lencsegulyás(sertés)</b> <sup>1,9</sup><br>E: 200kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 16g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,2g<br><b>Ízes bukta , Alma</b> <sup>1,3,7</sup><br>E: 432kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 60g, Cuk: 0g, Só: 0,0g | <b>Brokkoli krémleves, Levesgyöngy</b> <sup>1,3,7</sup><br>E: 232kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 3g, Feh.: 6g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,2g<br><b>Paradicsomos Tonhalas penne tészta, Reszelt sajt</b> <sup>1,4,7</sup><br>E: 677kcal, Zsír: 28g, T.zsír: 6g, Feh.: 28g, CH: 77g, Cuk: 0g, Só: 1,6g | <b>Csontleves, Levesbetét</b> <sup>1,9</sup><br>E: 77kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g<br><b>Fasírt húsgolyók sütőben sültve, Sárgaborsófőzelék</b> <sup>1,6</sup><br>E: 829kcal, Zsír: 49g, T.zsír: 4g, Feh.: 32g, CH: 63g, Cuk: 0g, Só: 0,1g | <b>Karalábé leves, Levesbetét</b> <sup>1,9</sup><br>E: 252kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 2g, Feh.: 3g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><b>Sajtos csirkeragu, Tészta köret</b> <sup>1,7</sup><br>E: 801kcal, Zsír: 30g, T.zsír: 7g, Feh.: 42g, CH: 90g, Cuk: 0g, Só: 1,1g | <b>Tárkonyos zöldségleves</b><br>E: 106kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 10g, Cuk: 0g, Só: 0,7g<br><b>Dubarry sertés szelet, Bulgur</b> <sup>1,7</sup><br>E: 797kcal, Zsír: 32g, T.zsír: 7g, Feh.: 46g, CH: 86g, Cuk: 0g, Só: 1,5g |

**Allergének:**  
1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

Natív cukormentes

ÉTLAP

2026. augusztus 17 - 2026. augusztus 23

| Étkezés | 2026.08.17<br>Hétfő                                                                                                                                                                                                                               | 2026.08.18<br>Kedd                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 2026.08.19<br>Szerda                                                                                                                                                                                                                                              | 2026.08.20<br>Csütörtök                                                                                                                                                                                                                                                                         | 2026.08.21<br>Péntek                                                                                                                                                                                                                                      | 2026.08.22<br>Szombat                                                                                                                                                                                                                                          | 2026.08.23<br>Vasárnap                                                                                                                                                                                                                    |
|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ebéd    | <b>Lebbencsleves<sup>1,9</sup></b><br>E: 153kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,1g<br><b>Bolognai spagetti, Reszelt sajt<sup>1,7</sup></b><br>E: 783kcal, Zsír: 30g, T.zsír: 4g, Feh.: 32g, CH: 94g, Cuk: 12g, Só: 1,4g | <b>Karfiolleves<sup>1,9</sup></b><br>E: 211kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 1g, Feh.: 6g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,7g<br><b>Bácskai rizseshús (sertés)</b><br>E: 678kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 1g, Feh.: 31g, CH: 89g, Cuk: 0g, Só: 0,3g<br><b>Csemege uborka<sup>10</sup></b><br>E: 11kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,5g | <b>Lencsegulyás(sertés)<sup>1,9</sup></b><br>E: 200kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 16g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,2g<br><b>Tejbendara diab, Fahéj szórás cukormentes<sup>1,7</sup></b><br>E: 369kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 2g, Feh.: 16g, CH: 64g, Cuk: 0g, Só: 0,6g | <b>Brokkoli krémleves, Pirított zsemlekocka<sup>1,7</sup></b><br>E: 234kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 5g, Feh.: 6g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,3g<br><b>Paradicsomos Tonhalas penne tészta, Reszelt sajt<sup>1,4,7</sup></b><br>E: 677kcal, Zsír: 28g, T.zsír: 6g, Feh.: 28g, CH: 77g, Cuk: 0g, Só: 1,6g | <b>Csontleves, Levesbetét<sup>1,9</sup></b><br>E: 77kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g<br><b>Sült csirkemell, Sárgaborsófőzelék<sup>1</sup></b><br>E: 470kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 2g, Feh.: 41g, CH: 46g, Cuk: 0g, Só: 0,7g | <b>Karalábé leves, Levesbetét<sup>1,9</sup></b><br>E: 252kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 2g, Feh.: 3g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><b>Sajtos csirkeragu, Tészta köret<sup>1,7</sup></b><br>E: 801kcal, Zsír: 30g, T.zsír: 7g, Feh.: 42g, CH: 90g, Cuk: 0g, Só: 1,1g | <b>Tárkonyos zöldségleves</b><br>E: 106kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 10g, Cuk: 0g, Só: 0,7g<br><b>Dubarry sertés szelet, Bulgur<sup>1,7</sup></b><br>E: 797kcal, Zsír: 32g, T.zsír: 7g, Feh.: 46g, CH: 86g, Cuk: 0g, Só: 1,5g |

**Allergének:**  
1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezám és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

Epekímélő

ÉTLAP

2026. augusztus 17 - 2026. augusztus 23

| Étkezés | 2026.08.17<br>Hétfő                                                                                                                                                                                                                                                  | 2026.08.18<br>Kedd                                                                                                                                                                                                | 2026.08.19<br>Szerda                                                                                                                                                                                                                       | 2026.08.20<br>Csütörtök                                                                                                                                                                                                                                             | 2026.08.21<br>Péntek                                                                                                                                                                                                                                       | 2026.08.22<br>Szombat                                                                                                                                                                                                                            | 2026.08.23<br>Vasárnap                                                                                                                                                                                                       |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ebéd    | <b>Lebbencsleves Epés-Vega<sup>1,9</sup></b><br>E: 214kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><b>Bolognai spagetti (sertés) paradicsommentes<sup>1</sup></b><br>E: 603kcal, Zsír: 27g, T.zsír: 1g, Feh.: 25g, CH: 64g, Cuk: 0g, Só: 1,1g | <b>Zöldségleves</b><br>E: 70kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,5g<br><b>Bácskai rizseshús (sertés) epés</b><br>E: 667kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 1g, Feh.: 30g, CH: 87g, Cuk: 0g, Só: 0,3g | <b>Gulyásleves diétás</b><br>E: 313kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 1g, Feh.: 24g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,8g<br><b>Tejbendara, rizstejes, Fahéj szórás<sup>1</sup></b><br>E: 410kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 88g, Cuk: 20g, Só: 0,2g | <b>Brokkoli krémleves TM, Pirított zsemlekocka<sup>1</sup></b><br>E: 235kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 4g, Feh.: 5g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,7g<br><b>Tonhalas penne tészta<sup>1,9</sup></b><br>E: 554kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 2g, Feh.: 20g, CH: 68g, Cuk: 0g, Só: 0,9g | <b>Csontleves, Levesbetét<sup>1,9</sup></b><br>E: 77kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g<br><b>Karotta főzelék TM, Sült csirkemell<sup>1</sup></b><br>E: 443kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 2g, Feh.: 30g, CH: 43g, Cuk: 8g, Só: 1,8g | <b>Zöldségleves, Levesbetét<sup>1</sup></b><br>E: 123kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><b>Csirkeragu, Tészta köret<sup>1</sup></b><br>E: 728kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 3g, Feh.: 37g, CH: 96g, Cuk: 0g, Só: 0,7g | <b>Tárkonyos zöldségleves</b><br>E: 106kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 10g, Cuk: 0g, Só: 0,7g<br><b>Sertéssült, Bulgur<sup>1</sup></b><br>E: 589kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 2g, Feh.: 32g, CH: 69g, Cuk: 0g, Só: 0,8g |

**Allergének:**  
1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket.  
A változás jogát fenntartjuk!

Gluténmentes, epés

ÉTLAP

2026. augusztus 17 - 2026. augusztus 23

| Étkezés | 2026.08.17<br>Hétfő                                                                                                                                                                                                                                     | 2026.08.18<br>Kedd                                                                                                                                                                                                    | 2026.08.19<br>Szerda                                                                                                                                                                                                                                | 2026.08.20<br>Csütörtök                                                                                                                                                                                                                                                     | 2026.08.21<br>Péntek                                                                                                                                                                                                                                        | 2026.08.22<br>Szombat                                                                                                                                                                                                                     | 2026.08.23<br>Vasárnap                                                                                                                                                                                                    |
|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ebéd    | <b>Lebbencsleves GM-<br/>Epés-Vega<sup>9</sup></b><br>E: 212kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 30g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><b>Bolognai spagetti par.<br/>mentes Gm</b><br>E: 622kcal, Zsír: 27g, T.zsír: 1g, Feh.: 20g, CH: 72g, Cuk: 0g, Só: 1,2g | <b>Zöldségleves</b><br>E: 70kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,5g<br><b>Bácskai rizseshús<br/>(sertés) epés</b><br>E: 667kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 1g, Feh.: 30g, CH: 87g, Cuk: 0g, Só: 0,3g | <b>Gulyásleves diétás</b><br>E: 313kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 1g, Feh.: 24g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,8g<br><b>Tejbendara<br/>kukoricadarával GM.,<br/>TM, Fahéj szórás</b><br>E: 485kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 7g, CH: 99g, Cuk: 32g, Só: 0,3g | <b>Brokkoli krémleves<br/>GM, TM, Pirított<br/>kenyérkocka GM</b><br>E: 209kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,7g<br><b>Tonhalas penne tészta<br/>GM<sup>4</sup></b><br>E: 575kcal, Zsír: 23g, T.zsír: 3g, Feh.: 14g, CH: 77g, Cuk: 0g, Só: 1,0g | <b>Csontleves,<br/>Levesbetét GM<sup>9</sup></b><br>E: 80kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,4g<br><b>Karotta főzelék GM,<br/>TM, Sült csirkemell</b><br>E: 441kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 2g, Feh.: 29g, CH: 45g, Cuk: 8g, Só: 1,8g | <b>Zöldségleves,<br/>Levesbetét GM</b><br>E: 126kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,7g<br><b>Tészta köret GM,<br/>Csirkeragu GM</b><br>E: 660kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 3g, Feh.: 27g, CH: 82g, Cuk: 0g, Só: 1,4g | <b>Tárkonyos<br/>zöldségleves</b><br>E: 106kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 10g, Cuk: 0g, Só: 0,7g<br><b>Sertéssült, Párolt rizs</b><br>E: 663kcal, Zsír: 24g, T.zsír: 2g, Feh.: 29g, CH: 79g, Cuk: 0g, Só: 0,7g |

**Allergének:**  
1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

ÉTLAP

2026. augusztus 24 - 2026. augusztus 30

Idős normál

| Étkezés | 2026.08.24<br>Hétfő                                                                                                                                                                                                                                      | 2026.08.25<br>Kedd                                                                                                                                                                                                                                                                           | 2026.08.26<br>Szerda                                                                                                                                                                                                                                                         | 2026.08.27<br>Csütörtök                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 2026.08.28<br>Péntek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 2026.08.29<br>Szombat                                                                                                                                                                                                                                        | 2026.08.30<br>Vasárnap                                                                                                                                                                                                                                 |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ebéd    | <b>Zöldségleves, Levesbetét<sup>1</sup></b><br>E: 123kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><b>Sertéspörkölt , Szarvacska köret<sup>1</sup></b><br>E: 782kcal, Zsír: 26g, T.zsír: 2g, Feh.: 36g, CH: 98g, Cuk: 0g, Só: 0,2g | <b>Daragaluska alap leves, Daragaluska betét<sup>1,3,9</sup></b><br>E: 131kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,3g<br><b>Parajfőzelék, Főtt burgonya 1/2, Főtt tojás<sup>1,3,7</sup></b><br>E: 405kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 2g, Feh.: 20g, CH: 55g, Cuk: 0g, Só: 0,8g | <b>Köménymaglevés, Pirított zsemlekocka<sup>1</sup></b><br>E: 114kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 2g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,2g<br><b>Tejszínes kukoricás csirke, Párolt rizs<sup>7</sup></b><br>E: 898kcal, Zsír: 30g, T.zsír: 3g, Feh.: 35g, CH: 119g, Cuk: 0g, Só: 0,7g | <b>Fokhagyma krémleves, Levesgyöngy<sup>1,3,7</sup></b><br>E: 166kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 2g, Feh.: 5g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 5,0g<br><b>Hentes tokány(sertés), Tészta köret<sup>1,10</sup></b><br>E: 682kcal, Zsír: 18g, T.zsír: 2g, Feh.: 36g, CH: 92g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><b>Gyümölcs</b><br>E: 52kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,0g | <b>Zöldborsóleves, Levesbetét<sup>1,9</sup></b><br>E: 170kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 10g, CH: 30g, Cuk: 2g, Só: 0,2g<br><b>Csirkepaprikás , Szarvacska köret<sup>1,7</sup></b><br>E: 696kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 3g, Feh.: 41g, CH: 93g, Cuk: 0g, Só: 0,7g<br><b>Cékla saláta</b><br>E: 51kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 1,0g | <b>Tavaszi zöldségleves<sup>9</sup></b><br>E: 55kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 0,2g<br><b>Tejfölös-sonkás csirkemelltokány, Bulgur<sup>1,7</sup></b><br>E: 767kcal, Zsír: 34g, T.zsír: 6g, Feh.: 50g, CH: 70g, Cuk: 0g, Só: 1,5g | <b>Brokkoli krémleves, Levesgyöngy<sup>1,3,7</sup></b><br>E: 232kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 3g, Feh.: 6g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,2g<br><b>Rakott kelkáposzta<sup>7</sup></b><br>E: 720kcal, Zsír: 44g, T.zsír: 6g, Feh.: 35g, CH: 44g, Cuk: 0g, Só: 1,5g |

**Allergének:**  
1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

Natív cukormentes

ÉTLAP

2026. augusztus 24 - 2026. augusztus 30

| Étkezés | 2026.08.24<br>Hétfő                                                                                                                                                                                                                                      | 2026.08.25<br>Kedd                                                                                                                                                                                                                                                                           | 2026.08.26<br>Szerda                                                                                                                                                                                                                             | 2026.08.27<br>Csütörtök                                                                                                                                                                                                                                                         | 2026.08.28<br>Péntek                                                                                                                                                                                                                                                 | 2026.08.29<br>Szombat                                                                                                                                                                                                                                       | 2026.08.30<br>Vasárnap                                                                                                                                                                                                                        |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ebéd    | <b>Zöldségleves, Levesbetét<sup>1</sup></b><br>E: 123kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><b>Sertéspörkölt , Szarvacska köret<sup>1</sup></b><br>E: 782kcal, Zsír: 26g, T.zsír: 2g, Feh.: 36g, CH: 98g, Cuk: 0g, Só: 0,2g | <b>Daragaluska alap leves, Daragaluska betét<sup>1,3,9</sup></b><br>E: 131kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,3g<br><b>Parajfőzelék, Főtt tojás, Főtt burgonya 1/2<sup>1,3,7</sup></b><br>E: 405kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 2g, Feh.: 20g, CH: 55g, Cuk: 0g, Só: 0,8g | <b>Gulyásleves<sup>9</sup></b><br>E: 208kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 13g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,7g<br><b>Darás metélt, Baracklekvár öntet<sup>1</sup></b><br>E: 1 020kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 2g, Feh.: 27g, CH: 183g, Cuk: 0g, Só: 0,1g | <b>Brokkoli krémleves, Pirított zsemlekocka<sup>1,7</sup></b><br>E: 234kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 5g, Feh.: 6g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,3g<br><b>Paradicsomos Tonhalas penne tészta<sup>1,4</sup></b><br>E: 602kcal, Zsír: 23g, T.zsír: 2g, Feh.: 22g, CH: 77g, Cuk: 0g, Só: 1,3g | <b>Csontleves, Levesbetét<sup>1,9</sup></b><br>E: 77kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g<br><b>Sült csirkemell, Majorannás burgonyafőzelék<sup>1,7</sup></b><br>E: 380kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 2g, Feh.: 31g, CH: 40g, Cuk: 0g, Só: 0,8g | <b>Fahéjas almaleves<sup>7</sup></b><br>E: 165kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 2g, Feh.: 3g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><b>Tejfölös-sonkás csirkemelltokány, Bulgur<sup>1,7</sup></b><br>E: 767kcal, Zsír: 34g, T.zsír: 6g, Feh.: 50g, CH: 70g, Cuk: 0g, Só: 1,5g | <b>Brokkoli leves, Levesbetét<sup>1</sup></b><br>E: 196kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 2g, Feh.: 5g, CH: 17g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><b>Rakott kelkáposzta<sup>7</sup></b><br>E: 720kcal, Zsír: 44g, T.zsír: 6g, Feh.: 35g, CH: 44g, Cuk: 0g, Só: 1,5g |

**Allergének:**  
1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt

Epekímélő

ÉTLAP

2026. augusztus 24 - 2026. augusztus 30

| Étkezés | 2026.08.24<br>Hétfő                                                                                                                                                                                                                                      | 2026.08.25<br>Kedd                                                                                                                                                                                                                                                              | 2026.08.26<br>Szerda                                                                                                                                                                                                                        | 2026.08.27<br>Csütörtök                                                                                                                                                                                                                                             | 2026.08.28<br>Péntek                                                                                                                                                                                                                                                  | 2026.08.29<br>Szombat                                                                                                                                                                                                                                  | 2026.08.30<br>Vasárnap                                                                                                                                                                                                             |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ebéd    | <b>Zöldségleves, Levesbetét<sup>1</sup></b><br>E: 123kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><b>Sertéspörkölt , Szarvacska köret<sup>1</sup></b><br>E: 708kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 2g, Feh.: 36g, CH: 90g, Cuk: 0g, Só: 0,7g | <b>Daragaluska alap leves, Daragaluska betét<sup>1,3,9</sup></b><br>E: 131kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,3g<br><b>Parajfőzelék TM, Sertéssült, Főtt burgonya 1/2</b><br>E: 554kcal, Zsír: 24g, T.zsír: 2g, Feh.: 30g, CH: 53g, Cuk: 0g, Só: 1,3g | <b>Gulyásleves diétás</b><br>E: 313kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 1g, Feh.: 24g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,8g<br><b>Metélt tészta, Baracklekvár öntet<sup>1</sup></b><br>E: 705kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 2g, Feh.: 14g, CH: 113g, Cuk: 27g, Só: 0,1g | <b>Brokkoli krémleves TM, Pirított zsemlekocka<sup>1</sup></b><br>E: 235kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 4g, Feh.: 5g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,7g<br><b>Tonhalas penne tészta<sup>1,4</sup></b><br>E: 554kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 2g, Feh.: 20g, CH: 68g, Cuk: 0g, Só: 0,9g | <b>Csontleves, Levesbetét<sup>1,9</sup></b><br>E: 77kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g<br><b>Majorannás burgonyafőzelék TM, Sült csirkemell<sup>1</sup></b><br>E: 465kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 2g, Feh.: 31g, CH: 49g, Cuk: 0g, Só: 3,7g | <b>Fahéjas almaleves TM</b><br>E: 185kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 44g, Cuk: 20g, Só: 0,5g<br><b>Rizstejszínes-sonkás csirkemelltokány, Bulgur<sup>1</sup></b><br>E: 674kcal, Zsír: 29g, T.zsír: 3g, Feh.: 37g, CH: 70g, Cuk: 0g, Só: 1,0g | <b>Brokkoli leves, Levesbetét<sup>1</sup></b><br>E: 196kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 2g, Feh.: 5g, CH: 17g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><b>Rakott sárgarépa TM</b><br>E: 575kcal, Zsír: 33g, T.zsír: 1g, Feh.: 21g, CH: 45g, Cuk: 0g, Só: 1,4g |

**Allergének:**  
1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt

Gluténmentes, epés

ÉTLAP

2026. augusztus 24 - 2026. augusztus 30

| Étkezés | 2026.08.24<br>Hétfő                                                                                                                                                                                                                  | 2026.08.25<br>Kedd                                                                                                                                                                                                                                                                 | 2026.08.26<br>Szerda                                                                                                                                                                                                             | 2026.08.27<br>Csütörtök                                                                                                                                                                                                                                         | 2026.08.28<br>Péntek                                                                                                                                                                                                                                           | 2026.08.29<br>Szombat                                                                                                                                                                                                                               | 2026.08.30<br>Vasárnap                                                                                                                                                                                                       |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ebéd    | <b>Zöldségleves, Levesbetét GM</b><br>E: 126kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,7g<br><b>Sertéspörkölt GM, Tészta köret GM</b><br>E: 656kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 2g, Feh.: 28g, CH: 82g, Cuk: 0g, Só: 1,3g | <b>Daragaluska alap leves, Daragaluska betét GM<sup>3,9</sup></b><br>E: 146kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><b>Parajfőzelék GMTM, Sertéssült, Főtt burgonya 1/2</b><br>E: 607kcal, Zsír: 27g, T.zsír: 2g, Feh.: 32g, CH: 57g, Cuk: 0g, Só: 1,3g | <b>Gulyásleves diétás</b><br>E: 313kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 1g, Feh.: 24g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,8g<br><b>Metélt tészta GM, Baracklekvár öntet</b><br>E: 566kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 6g, CH: 109g, Cuk: 27g, Só: 0,6g | <b>Brokkoli krémleves GM, TM, Pirított kenyérkocka GM</b><br>E: 209kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,7g<br><b>Tonhalas penne tészta GM<sup>4</sup></b><br>E: 575kcal, Zsír: 23g, T.zsír: 3g, Feh.: 14g, CH: 77g, Cuk: 0g, Só: 1,0g | <b>Csontleves, Levesbetét GM<sup>9</sup></b><br>E: 80kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,4g<br><b>Majorannás burgonyafőzelék GM, TM, Sült csirkemell</b><br>E: 471kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 2g, Feh.: 31g, CH: 51g, Cuk: 0g, Só: 3,7g | <b>Fahéjas almaleves GM, TM</b><br>E: 198kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 47g, Cuk: 20g, Só: 0,5g<br><b>Rizstejszínes-sonkás csirkemelltokány, Párolt rizs</b><br>E: 748kcal, Zsír: 31g, T.zsír: 3g, Feh.: 34g, CH: 80g, Cuk: 0g, Só: 0,9g | <b>Brokkoli leves GM, Levesbetét GM</b><br>E: 199kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,7g<br><b>Rakott sárgarépa TM</b><br>E: 575kcal, Zsír: 33g, T.zsír: 1g, Feh.: 21g, CH: 45g, Cuk: 0g, Só: 1,4g |

**Allergének:**  
1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt



ÉTLAP

2026. augusztus 31 - 2026. szeptember 6

Idős normál

| Étkezés | 2026.08.31<br>Hétfő                                                                                                                                                                                                                                      | 2026.09.01<br>Kedd                                                                                                                                                                                                                                                           | 2026.09.02<br>Szerda                                                                                                                                                                                                                                 | 2026.09.03<br>Csütörtök                                                                                                                                                                                                                        | 2026.09.04<br>Péntek                                                                                                                                                                                                                                                                | 2026.09.05<br>Szombat                                                                                                                                                                                                                                            | 2026.09.06<br>Vasárnap                                                                                                                                                                                                          |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ebéd    | <b>Zöldbableves (magyaros)<sup>1,3</sup></b><br>E: 94kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,1g<br><b>Sült csirkecomb filé, Petrezselymes burgonya</b><br>E: 554kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 4g, Feh.: 34g, CH: 66g, Cuk: 0g, Só: 0,4g | <b>Zöldségleves, Levesbetét<sup>1</sup></b><br>E: 123kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><b>Fasírt húsgolyók sütőben sütve, Kelkáposztafőzelék<sup>1,6</sup></b><br>E: 746kcal, Zsír: 52g, T.zsír: 4g, Feh.: 23g, CH: 45g, Cuk: 0g, Só: 0,2g | <b>Májgombóclevés<sup>1,3</sup></b><br>E: 267kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 6g, Feh.: 9g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,9g<br><b>Túrós gombóc, Porcukor szórat<sup>1,3,7</sup></b><br>E: 680kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 8g, Feh.: 34g, CH: 108g, Cuk: 30g, Só: 1,1g | <b>Zellerkrémleves, Pirított zsemlekocka<sup>1,7,9</sup></b><br>E: 172kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,3g<br><b>Tavaszi rizseshús</b><br>E: 601kcal, Zsír: 18g, T.zsír: 1g, Feh.: 30g, CH: 76g, Cuk: 0g, Só: 1,1g | <b>Paradicsomleves, Levesbetét<sup>1,9</sup></b><br>E: 219kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 40g, Cuk: 20g, Só: 0,4g<br><b>Gyrosos csirke csíkok, Párolt rizs 1/2, Mongol saláta<sup>10</sup></b><br>E: 365kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 29g, CH: 42g, Cuk: 0g, Só: 1,2g | <b>Karfiolleves, Levesbetét<sup>1,9</sup></b><br>E: 247kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 1g, Feh.: 7g, CH: 33g, Cuk: 0g, Só: 0,7g<br><b>Spagetti tészta, Carbonara ragu<sup>1,7,9,10</sup></b><br>E: 629kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 3g, Feh.: 29g, CH: 82g, Cuk: 0g, Só: 3,5g | <b>Gyümölcs leves<sup>1,7</sup></b><br>E: 242kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 2g, Feh.: 6g, CH: 44g, Cuk: 15g, Só: 0,7g<br><b>Rakott karfiol<sup>7</sup></b><br>E: 486kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 2g, Feh.: 33g, CH: 41g, Cuk: 0g, Só: 0,8g |

**Allergének:**  
1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

Natív cukormentes

ÉTLAP

2026. augusztus 31 - 2026. szeptember 6

| Étkezés | 2026.08.31<br>Hétfő                                                                                                                                                                                                                                      | 2026.09.01<br>Kedd                                                                                                                                                                                                                   | 2026.09.02<br>Szerda                                                                                                                                                                                                                                                | 2026.09.03<br>Csütörtök                                                                                                                                                                                                                                                  | 2026.09.04<br>Péntek                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2026.09.05<br>Szombat                                                                                                                                                                                                                          | 2026.09.06<br>Vasárnap                                                                                                                                                                                                                 |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ebéd    | <b>Zöldbableves (magyaros)<sup>1,3</sup></b><br>E: 94kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,1g<br><b>Sült csirkecomb filé, Petrezselymes burgonya</b><br>E: 554kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 4g, Feh.: 34g, CH: 66g, Cuk: 0g, Só: 0,4g | <b>Zöldségleves, Levesbetét<sup>1</sup></b><br>E: 123kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><b>Székelykáposzta (sertés)</b><br>E: 343kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 3g, Feh.: 24g, CH: 10g, Cuk: 0g, Só: 1,5g | <b>Zellerleves epés, Levesbetét<sup>1,9</sup></b><br>E: 144kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 1,1g<br><b>Zöldséges csirke tokány, Tészta köret<sup>1</sup></b><br>E: 698kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 2g, Feh.: 41g, CH: 98g, Cuk: 0g, Só: 0,8g | <b>Zellerkrémleves, Pirított zsemlekocka<sup>1,7,9</sup></b><br>E: 172kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,3g<br><b>Sertéspörkölt, Zöldbabfőzelék<sup>1,7</sup></b><br>E: 397kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 2g, Feh.: 25g, CH: 38g, Cuk: 8g, Só: 0,3g | <b>Paradicsomleves Diab., Levesbetét<sup>1,9</sup></b><br>E: 161kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,5g<br><b>Gyrosos csirke csíkok, Párolt rizs 1/2, Mongol saláta<sup>10</sup></b><br>E: 365kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 29g, CH: 42g, Cuk: 0g, Só: 1,2g | <b>Karfiolleves, Levesbetét<sup>1,9</sup></b><br>E: 247kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 1g, Feh.: 7g, CH: 33g, Cuk: 0g, Só: 0,7g<br><b>Carbonara spagetti<sup>1,7</sup></b><br>E: 530kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 2g, Feh.: 27g, CH: 74g, Cuk: 0g, Só: 1,2g | <b>Vegyes gyümölcsleves diab.<sup>7</sup></b><br>E: 86kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 0,0g<br><b>Rakott karfiol<sup>7</sup></b><br>E: 486kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 2g, Feh.: 33g, CH: 41g, Cuk: 0g, Só: 0,8g |

**Allergének:**  
1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

Epekímélő

ÉTLAP

2026. augusztus 31 - 2026. szeptember 6

| Étkezés | 2026.08.31<br>Hétfő                                                                                                                                                                                                            | 2026.09.01<br>Kedd                                                                                                                                                                                                     | 2026.09.02<br>Szerda                                                                                                                                                                                                                                                | 2026.09.03<br>Csütörtök                                                                                                                                                                                                                                                | 2026.09.04<br>Péntek                                                                                                                                                                                                                                         | 2026.09.05<br>Szombat                                                                                                                                                                                                                            | 2026.09.06<br>Vasárnap                                                                                                                                                                                                |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ebéd    | <b>Zöldségleves</b><br>E: 70kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,5g<br><b>Sült csirkecomb filé, Petrezselymes burgonya</b><br>E: 554kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 4g, Feh.: 34g, CH: 66g, Cuk: 0g, Só: 0,4g | <b>Zöldségleves, Levesbetét<sup>1</sup></b><br>E: 123kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><b>Rizszeshús</b><br>E: 754kcal, Zsír: 26g, T.zsír: 1g, Feh.: 50g, CH: 75g, Cuk: 0g, Só: 1,2g | <b>Zellerleves epés, Levesbetét<sup>1,9</sup></b><br>E: 144kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 1,1g<br><b>Zöldséges csirke tokány, Tészta köret<sup>1</sup></b><br>E: 698kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 2g, Feh.: 41g, CH: 98g, Cuk: 0g, Só: 0,8g | <b>Zellerkrémleves TM, Pirított zsemlekocka<sup>1,9</sup></b><br>E: 148kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 3g, Feh.: 3g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g<br><b>Tökfőzelék TM, Sertéspörkölt<sup>1</sup></b><br>E: 368kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 1g, Feh.: 25g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 1,3g | <b>Köménymagleves, Pirított zsemlekocka<sup>1</sup></b><br>E: 114kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 2g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,2g<br><b>Zöldfűszeres csirkeapró, Párolt rizs</b><br>E: 720kcal, Zsír: 28g, T.zsír: 2g, Feh.: 29g, CH: 83g, Cuk: 0g, Só: 0,5g | <b>Zellerleves epés, Levesbetét<sup>1,9</sup></b><br>E: 144kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 1,1g<br><b>Carbonara spagetti<sup>1</sup></b><br>E: 508kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 2g, Feh.: 24g, CH: 79g, Cuk: 0g, Só: 1,1g | <b>Fahéjas almaleves TM</b><br>E: 185kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 44g, Cuk: 20g, Só: 0,5g<br><b>Rakott vegyes zöldség TM</b><br>E: 605kcal, Zsír: 33g, T.zsír: 1g, Feh.: 23g, CH: 51g, Cuk: 0g, Só: 1,5g |

**Allergének:**  
1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt

Gluténmentes, epés

ÉTLAP

2026. augusztus 31 - 2026. szeptember 6

| Étkezés | 2026.08.31<br>Hétfő                                                                                                                                                                                                            | 2026.09.01<br>Kedd                                                                                                                                                                                                            | 2026.09.02<br>Szerda                                                                                                                                                                                                                                         | 2026.09.03<br>Csütörtök                                                                                                                                                                                                                                                      | 2026.09.04<br>Péntek                                                                                                                                                                                                                                    | 2026.09.05<br>Szombat                                                                                                                                                                                                                     | 2026.09.06<br>Vasárnap                                                                                                                                                                                                    |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ebéd    | <b>Zöldségleves</b><br>E: 70kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,5g<br><b>Sült csirkecomb filé, Petrezselymes burgonya</b><br>E: 554kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 4g, Feh.: 34g, CH: 66g, Cuk: 0g, Só: 0,4g | <b>Zöldségleves, Levesbetét GM</b><br>E: 126kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,7g<br><b>Rizseshús , Párolt rizs</b><br>E: 1 226kcal, Zsír: 39g, T.zsír: 2g, Feh.: 58g, CH: 153g, Cuk: 0g, Só: 1,3g | <b>Zellerleves GM, Levesbetét GM<sup>9</sup></b><br>E: 173kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 1,1g<br><b>Zöldséges csirke tokány GM, Tészta köret GM</b><br>E: 648kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 2g, Feh.: 32g, CH: 88g, Cuk: 0g, Só: 1,4g | <b>Zellerkrémleves* GM TM, Pirított kenyérkocka GM<sup>9</sup></b><br>E: 145kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 20g, Cuk: 0g, Só: 1,1g<br><b>Tökfőzelék kapros GMTM, Sertéspörkölt GM</b><br>E: 661kcal, Zsír: 18g, T.zsír: 1g, Feh.: 25g, CH: 97g, Cuk: 40g, Só: 1,3g | <b>Köménymagleves GM, Pirított kenyérkocka GM</b><br>E: 233kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 2g, Feh.: 2g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,6g<br><b>Zöldfűszeres csirkeapró, Párolt rizs</b><br>E: 720kcal, Zsír: 28g, T.zsír: 2g, Feh.: 29g, CH: 83g, Cuk: 0g, Só: 0,5g | <b>Zellerleves GM, Levesbetét GM<sup>9</sup></b><br>E: 173kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 1,1g<br><b>Carbonara spagetti GM TM</b><br>E: 544kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 2g, Feh.: 20g, CH: 88g, Cuk: 0g, Só: 1,3g | <b>Fahéjas almaleves GM, TM</b><br>E: 198kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 47g, Cuk: 20g, Só: 0,5g<br><b>Rakott vegyes zöldség TM</b><br>E: 605kcal, Zsír: 33g, T.zsír: 1g, Feh.: 23g, CH: 51g, Cuk: 0g, Só: 1,5g |

**Allergének:**  
1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt