

Felnőtt (19-69 év)	Hétfő 2026.08.17.	Kedd 2026.08.18.	Szerda 2026.08.19.	Csütörtök 2026.08.20.	Péntek 2026.08.21.
Ebéd	-Karfiolleves (G, Z) -Vadas ragu (G, Z) -Zsemlegombóc (G, L, T) S:4,8, E:1 191,0, ZS:61,0, T:8,0, F:46,0, CH:112,5, C:9,2, Ca:90,1	-Karalábéleves (G, Z, L) -Bolognai szósz -Tésztaköret (G, T) -Sajt szórát (L) S:1,6, E:807,0, ZS:35,7, T:0,8, F:33,1, CH:84,5, C:6,8, Ca:247,5	-Nyírségi gombócleves (Z, G, L, T) -Rizsfelfújt (L, G, T) -Málna szörp * S:3,2, E:756,0, ZS:20,7, T:4,2, F:18,0, CH:123,1, C:50,5, Ca:455,8 * Adalékanyagot tartalmaz	-Trópusi gyümölcsleves (G, L, O, D) -Tarhonyás hús (G, T) -Csemege uborka * S:4,0, E:894,0, ZS:25,7, T:6,1, F:34,6, CH:126,3, C:30,4, Ca:208,0 * Adalékanyagot tartalmaz	-Zöldborsóleves galuskával (G, Z, T) -Burgonyafőzelék (L, G, Z) -Tonhal pogácsa (H, G, T) S:3,9, E:849,0, ZS:26,5, T:1,2, F:40,2, CH:108,8, C:2,1, Ca:427,6
Összesen	S:4,8, E:1 191,0, ZS:61,0, T:8,0, F:46,0, CH:112,5, C:9,2, Ca:90,1	S:1,6, E:807,0, ZS:35,7, T:0,8, F:33,1, CH:84,5, C:6,8, Ca:247,5	S:3,2, E:756,0, ZS:20,7, T:4,2, F:18,0, CH:123,1, C:50,5, Ca:455,8 * Adalékanyagot tartalmaz	S:4,0, E:894,0, ZS:25,7, T:6,1, F:34,6, CH:126,3, C:30,4, Ca:208,0 * Adalékanyagot tartalmaz	S:3,9, E:849,0, ZS:26,5, T:1,2, F:40,2, CH:108,8, C:2,1, Ca:427,6

Jó étvágyat kívánunk!
Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk.

Kraftné Becker Beatrix
Dietetikus

Jelmagyarázat:	Allergén jelmagyarázat:				
S: só (g)	E: energia (kcal)	G: glutén, gabonák	Z: zeller	D: diófélék, mandula, pisztácia	C: csillagfűrt
ZS: zsír (g)	T: telített zsírsav (g)	L: laktóz, tej, tejtermékek	R: rákfélék	M: mustár	P: puhatestűek
F: fehérje (g)	CH: szénhidrát (g)	T: tojás, fehérje	H: halak	S: szezámmag	
C: cukor (g)	Ca: kalcium (mg)	F: földimogyoró	O: szója	K: szulfitok, kéndioxid	

Felnőtt (19-69 év)	Hétfő 2026.08.24.	Kedd 2026.08.25.	Szerda 2026.08.26.	Csütörtök 2026.08.27.	Péntek 2026.08.28.
Ebéd	-Legényfogó leves (L, O) * -Mákos metélt (G) -Alma S:0,5, E:863,0, ZS:34,5, T:2,8, F:33,0, CH:96,2, C:17,6, Ca:359,4 * Adalékanyagot tartalmaz	-Zöldségkrémleves (Z, L, O, G) -Levesgyöngy (G, L, T) -Bácskai rizses hús -Cékla savanyúság * S:8,4, E:869,0, ZS:32,2, T:7,4, F:34,7, CH:107,8, C:9,3, Ca:352,1 * Adalékanyagot tartalmaz	-Paradicsomleves (G, T, Z) -Zöldborsófőzelék (G, L) -Panírozott dinó (G) S:2,2, E:799,0, ZS:14,6, T:3,4, F:30,9, CH:104,8, C:23,2, Ca:123,7	-Eperleves (G, L, O, D) -Rántott sajt (G, L, T) -Kukoricás rizs -Tartármártás (T, M, L) * S:4,5, E:973,0, ZS:48,6, T:12,3, F:21,4, CH:125,2, C:44,9, Ca:787,8 * Adalékanyagot tartalmaz	-Babgulyás (Z, G, T) -Káposztás kocka (G) -Gyümölcsszelet S:4,0, E:850,0, ZS:22,7, T:0,4, F:30,1, CH:128,1, C:20,4, Ca:295,4
Összesen	S:0,5, E:863,0, ZS:34,5, T:2,8, F:33,0, CH:96,2, C:17,6, Ca:359,4 * Adalékanyagot tartalmaz	S:8,4, E:869,0, ZS:32,2, T:7,4, F:34,7, CH:107,8, C:9,3, Ca:352,1 * Adalékanyagot tartalmaz	S:2,2, E:799,0, ZS:14,6, T:3,4, F:30,9, CH:104,8, C:23,2, Ca:123,7	S:4,5, E:973,0, ZS:48,6, T:12,3, F:21,4, CH:125,2, C:44,9, Ca:787,8 * Adalékanyagot tartalmaz	S:4,0, E:850,0, ZS:22,7, T:0,4, F:30,1, CH:128,1, C:20,4, Ca:295,4

Jó étvágyat kívánunk!
Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk.

Kraftné Becker Beatrix
Dietetikus

Jelmagyarázat:	Allergén jelmagyarázat:				
S: só (g)	E: energia (kcal)	G: glutén, gabonák	Z: zeller	D: diófélék, mandula, pisztácia	C: csillagfűrt
ZS: zsír (g)	T: telített zsírsav (g)	L: laktóz, tej, tejtermékek	R: rákfélék	M: mustár	P: puhatestűek
F: fehérje (g)	CH: szénhidrát (g)	T: tojás, fehérje	H: halak	S: szezám	
C: cukor (g)	Ca: kalcium (mg)	F: földimogyoró	O: szója	K: szulfitok, kén-dioxid	