

Felnőtt (19-69 év)	Hétfő 2026.08.31.	Kedd 2026.09.01.	Szerda 2026.09.02.	Csütörtök 2026.09.03.	Péntek 2026.09.04.
Ebéd	-Kertészleves (Z, G) -Vadas ragu (G, Z) -Zsemlegombóc (G, L, T)	-Karalábéleves (G, Z, L) -Bolognai szósz -Tésztaköret (G, T) -Sajt szórat (L)	-Brokkolikrémleves (Z, G, L, O) -Levesgyöngy (G, L, T) -Édes-savanyú csirkemell (Z, G, O) -Petrezselymes rizs	-Zöldborsóleves galuskával (G, Z, T) -Rakott karfiol bulgurral (L, G, Z)	-Hideg erdeigyümölcs leves (L, O, G) -Zöldbabfőzelék (L, G) -Tonhal pogácsa (H, G, T)
	S:5,3, E:1 197,0, ZS:57,3, T:8,0, F:49,1, CH:117,9, C:9,4, Ca:113,3	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:2,0, E:833,0, ZS:26,1, T:7,3, F:41,7, CH:106,9, C:5,7, Ca:171,6	S:1,5, E:850,0, ZS:33,6, T:0,3, F:39,9, CH:99,0, C:4,2, Ca:163,3	S:3,4, E:853,0, ZS:42,2, T:8,7, F:35,4, CH:80,2, C:20,1, Ca:470,2
Összesen	S:5,3, E:1 197,0, ZS:57,3, T:8,0, F:49,1, CH:117,9, C:9,4, Ca:113,3	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:2,0, E:833,0, ZS:26,1, T:7,3, F:41,7, CH:106,9, C:5,7, Ca:171,6	S:1,5, E:850,0, ZS:33,6, T:0,3, F:39,9, CH:99,0, C:4,2, Ca:163,3	S:3,4, E:853,0, ZS:42,2, T:8,7, F:35,4, CH:80,2, C:20,1, Ca:470,2

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	

Felnőtt (19-69 év)	Hétfő 2026.09.07.	Kedd 2026.09.08.	Szerda 2026.09.09.	Csütörtök 2026.09.10.	Péntek 2026.09.11.
Ebéd	-Legényfogó leves (L, O) * -Darás metélt (G, T) -Sárgabarackdzsem	-Karfiolleves (G, Z) -Bakonyi ragu (L, G) -Petrezselymes bulgur (G, Z)	-Paradicsomleves (G, T, Z) -Zöldborsófőzelék (G, L) -Főtt kemény tojás (T)	-Zöldségkrémleves (Z, L, O, G) -Levesgyöngy (G, L, T) -Rántott sertésszelet (G, T) -Sárgarépás rizs	-Tárkonyos csirkeraguleves-friss (Z, G, T, L, O) -Gránátos kocka (G, T) -Csemege uborka *
	S:1,0, E:862,0, ZS:22,5, T:3,4, F:33,6, CH:128,3, C:23,9, Ca:96,5 * Adalékanyagot tartalmaz	S:1,3, E:802,0, ZS:28,5, T:0,3, F:41,1, CH:95,6, C:5,6, Ca:151,4	S:1,3, E:853,0, ZS:40,3, T:0,8, F:39,8, CH:78,4, C:22,0, Ca:243,7	S:8,1, E:961,0, ZS:36,3, T:7,3, F:38,2, CH:115,9, C:2,9, Ca:369,2	S:5,7, E:799,0, ZS:17,7, T:5,6, F:32,6, CH:121,5, C:9,6, Ca:286,4 * Adalékanyagot tartalmaz
Összesen	S:1,0, E:862,0, ZS:22,5, T:3,4, F:33,6, CH:128,3, C:23,9, Ca:96,5 * Adalékanyagot tartalmaz	S:1,3, E:802,0, ZS:28,5, T:0,3, F:41,1, CH:95,6, C:5,6, Ca:151,4	S:1,3, E:853,0, ZS:40,3, T:0,8, F:39,8, CH:78,4, C:22,0, Ca:243,7	S:8,1, E:961,0, ZS:36,3, T:7,3, F:38,2, CH:115,9, C:2,9, Ca:369,2	S:5,7, E:799,0, ZS:17,7, T:5,6, F:32,6, CH:121,5, C:9,6, Ca:286,4 * Adalékanyagot tartalmaz

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	