



Heti étlap 2026.10.05. - 2026.10.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(05618) Ét. tejmentes	Ebéd	Zellerkrémleves [9,12], Pörkölt , Lencsefőzelék [10,12], Zsemle[1, (3,5,6,7,8,9,10,11,12)]	Burgonyaleves[9,12], Kolozsvári rakott káposzta[1, (12)], Zsemle[1, (3,5,6,7,8,9,10,11,12)]	Csontleves, cénametélt[1], Parad zöldséges rizottó(9), Gyümölcs	Zöldborsó krémleves [12], Párolt csirkecombfilé, Hagymás törtburgonya[12], Csalamádé[10,(12)]	Alföldi leves[9,12], Káposztás kocka[1], Zsemle[1, (3,5,6,7,8,9,10,11,12)], Gyümölcs
		Energia: 788.57 Kcal / 3,296.22 KJ	Energia: 739.52 Kcal / 3,091.19 KJ	Energia: 658.80 Kcal / 2,753.78 KJ	Energia: 570.87 Kcal / 2,386.24 KJ	Energia: 717.13 Kcal / 2,997.60 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		48.89 g 20.23 g 2.86 g	26.90 g 31.58 g 8.83 g	29.20 g 11.37 g 1.32 g	33.57 g 16.10 g 3.00 g	28.08 g 14.40 g 1.99 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
(05619) Ét. laktózmentes	Ebéd	Zellerkrémleves [9,12], Pörkölt , Lencsefőzelék [10,12], Zsemle[1, (3,5,6,7,8,9,10,11,12)]	Burgonyaleves[9,12], Kolozsvári rakott káposzta[1, (12)], Zsemle[1, (3,5,6,7,8,9,10,11,12)]	Csontleves, cénametélt[1], Parad zöldséges rizottó(9), Gyümölcs	Brokkolikrémleves [12], Párolt csirkecombfilé, Hagymás törtburgonya[12], Csalamádé[10,(12)]	Alföldi leves[9,12], Káposztás kocka[1], Zsemle[1, (3,5,6,7,8,9,10,11,12)], Gyümölcs
		Energia: 807.37 Kcal / 3,374.81 KJ	Energia: 739.52 Kcal / 3,091.19 KJ	Energia: 658.80 Kcal / 2,753.78 KJ	Energia: 488.14 Kcal / 2,040.43 KJ	Energia: 717.13 Kcal / 2,997.60 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		49.65 g 20.31 g 2.87 g	26.90 g 31.58 g 8.83 g	29.20 g 11.37 g 1.32 g	30.84 g 12.79 g 2.22 g	28.08 g 14.40 g 1.99 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
(05620) Ét. Glutén diéta	Ebéd	Zellerkrémleves [9,12], Lencsefőzelék [10,12], Pörkölt	Burgonyaleves[9,12], Kolozsvári rakott káposzta [1,7,(12)]	Csontleves , gluténm. kacsatészta, Parad zöldséges rizottó(9), Gyümölcs	Zöldborsó krémleves [12], Párolt csirkecombfilé, Hagymás törtburgonya[12], Csalamádé[10,(12)]	Alföldi leves[9,12], Káposztás tészta, Gyümölcs
		Energia: 649.79 Kcal / 2,716.12 KJ	Energia: 647.22 Kcal / 2,705.38 KJ	Energia: 641.38 Kcal / 2,680.97 KJ	Energia: 574.57 Kcal / 2,401.70 KJ	Energia: 511.72 Kcal / 2,138.99 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		44.63 g 19.80 g 2.65 g	22.85 g 35.81 g 11.27 g	28.09 g 11.17 g 1.33 g	33.44 g 17.02 g 3.11 g	17.55 g 9.73 g 1.35 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só

A glutén diéta glum. alapanyagokból készül, de nyomokban glutént tartalmazhat.
Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!

