

ÉTLAP

Glutén		Glutén		2026. március 1 - 2026. április 3	
2026.02.23 Hétfő	2026.02.24 Kedd	2026.02.25 Szerda	2026.02.26 Csütörtök	2026.02.27 Péntek	
Szalámi paprikás, Flora margarin, Tea - gyümölcsös, puffasztott barnarizs E: 189kcal, E: 789KJ, Zsír: 9g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 5g, CH: 22g, Só: 0,4g, Ca: 14mg, Cuk.: 10g	Flora margarin, Tea, Kigyó uborka, puffasztott barnarizs, Kométa sonka E: 162kcal, E: 678KJ, Zsír: 6g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 7g, CH: 19g, Só: 0,3g, Ca: 17mg, Cuk.: 7g	Flora margarin, Tea - gyümölcsös, puffasztott barnarizs, Allergén mentes felvágott E: 173kcal, E: 726KJ, Zsír: 6g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 7g, CH: 22g, Só: 0,1g, Ca: 10mg, Cuk.: 10g	póréhagyma, Flora margarin, Tea - citromos, Allergén mentes bécsi felvágott, puffasztott barnarizs E: 165kcal, E: 690KJ, Zsír: 6g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 8g, CH: 18g, Só: 0,1g, Ca: 36mg, Cuk.: 7g	Flora margarin, Tea, Retek hónapos, Allergén mentes bécsi felvágott, puffasztott barnarizs E: 162kcal, E: 679KJ, Zsír: 6g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 7g, CH: 19g, Só: 0,1g, Ca: 15mg, Cuk.: 7g	
Hamis gulyásleves ⁹ , Gyümölcs, Zöldborsó főzelék DIAB ⁷ , Csirkecomb pörkölt feltét E: 620kcal, E: 2 596KJ, Zsír: 29g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 29g, CH: 60g, Só: 2,2g, Ca: 105mg, Cuk.: 15g	Frankfurti leves GM, TM, SZÓJAMENTES, Vega karottás rakott burgonya ^{3,7} E: 505kcal, E: 2 114KJ, Zsír: 28g, Tel.zsír.: 6g, Feh.: 14g, CH: 48g, Só: 4,0g, Ca: 118mg, Cuk.: 4g	Meggyleves GM, TM, Natúr csirkemell, Zöldséges rizs, csalamádé édesítőszerrel E: 536kcal, E: 2 243KJ, Zsír: 19g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 28g, CH: 80g, Só: 99,0g, Ca: 70mg, Cuk.: 17g	Fokhagymakrémleves GM, TM, Majorannás aprópecsenye TM, Petrezselymes burgonya E: 542kcal, E: 2 272KJ, Zsír: 32g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 18g, CH: 43g, Só: 2,7g, Ca: 42mg, Cuk.: 2g	Zöldségleves tésztával, Bolognai spagetti GM E: 583kcal, E: 2 444KJ, Zsír: 24g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 16g, CH: 73g, Só: 0,7g, Ca: 53mg, Cuk.: 10g	
Abonett GM, Zöldáru paprika, Snidlinges vajkrém ⁷ E: 321kcal, E: 1 348KJ, Zsír: 10g, Tel.zsír.: 0g, Feh.: 11g, CH: 41g, Só: 0,7g, Ca: 2mg, Cuk.: 0g	Abonett GM, Padlizsánkrém DIÉTÁS, TEJMENTES E: 286kcal, E: 1 209KJ, Zsír: 6g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 11g, CH: 41g, Só: 0,9g, Ca: 16mg, Cuk.: 1g	Abonett GM, Soproni felvágott, margarin, paradicsom E: 318kcal, E: 1 339KJ, Zsír: 10g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 11g, CH: 40g, Só: 0,7g, Ca: 1mg, Cuk.: 0g	Abonett GM, Flora margarin, Allergén mentes felvágott E: 309kcal, E: 1 304KJ, Zsír: 8g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 15g, CH: 39g, Só: 0,8g, Ca: 1mg, Cuk.: 0g	Abonett GM, Lekvár mini, Flora margarin E: 278kcal, E: 1 176KJ, Zsír: 6g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 11g, CH: 39g, Só: 0,7g, Ca: 1mg, Cuk.: 0g	

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. Csillagfűt

Jó Étvágyat Kívánunk!

Dietetikus étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a dietás étlapról és allergénekről érdeklődjön a konyhai személyzetnél, vagy a 06 70 489-9519-es számon! A szükség szerinti étlap változásáért előre is elnézésüket kérjük, megértésüket köszönjük! Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia/kcal/adag), SZH(szénhidr./g/adag), ZSÍR(zsír/tartalom./g/adag), FEH(fehérje/tartalom./g/adag)

MealPlanner / Tex and Co Network Kft. www.texandco.hu

ÉTLAP

Glutén		Glutén		2026. március 1 - 2026. április 3	
2026.03.02 Hétfő	2026.03.03 Kedd	2026.03.04 Szerda	2026.03.05 Csütörtök	2026.03.06 Péntek	
Tea - citromos, puffasztott barnarizs, kenőmájas E: 157kcal, E: 657KJ, Zsír: 7g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 6g, CH: 18g, Só: 0,5g, Ca: 12mg, Cuk.: 5g	Flora margarin, Tea, puffasztott barnarizs, Allergén mentes felvágott E: 160kcal, E: 669KJ, Zsír: 6g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 7g, CH: 19g, Só: 0,1g, Ca: 10mg, Cuk.: 7g	Flora margarin, Tea, puffasztott barnarizs, Allergén mentes felvágott E: 160kcal, E: 669KJ, Zsír: 6g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 7g, CH: 19g, Só: 0,1g, Ca: 10mg, Cuk.: 7g	gépsonka, Flora margarin, Tea - gyümölcsös, Kigyó uborka, puffasztott barnarizs E: 207kcal, E: 866KJ, Zsír: 7g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 12g, CH: 23g, Só: 0,5g, Ca: 22mg, Cuk.: 10g	Lilahagyma, Flora margarin, Tea, puffasztott barnarizs, Kométa olasz felvágott E: 183kcal, E: 764KJ, Zsír: 9g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 6g, CH: 21g, Só: 0,4g, Ca: 16mg, Cuk.: 8g	
Palócleves pulykából DIÉTÁS, GM, TM, Gyümölcs, Káposztás tészta GM, Csemege uborka édesítőszerrel E: 505kcal, E: 2 116KJ, Zsír: 29g, Tel.zsír.: 5g, Feh.: 20g, CH: 38g, Só: 2,6g, Ca: 107mg, Cuk.: 24g	Zöldségleves tésztával, Burgonyafőzelék DIÉTÁS, GM, TM, Pulyka aprópecsenye E: 438kcal, E: 1 835KJ, Zsír: 22g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 19g, CH: 39g, Só: 2,1g, Ca: 75mg, Cuk.: 8g	Csupor leves GM ^{7,9,10} , Gyümölcs, Túrós csusza GM ⁷ E: 679kcal, E: 2 842KJ, Zsír: 28g, Tel.zsír.: 5g, Feh.: 24g, CH: 79g, Só: 4,2g, Ca: 121mg, Cuk.: 16g	Tarhonyaleves, Sztroganoff ragu pulykacomb TM, GM ¹⁰ , Párolt rizs E: 599kcal, E: 2 506KJ, Zsír: 33g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 25g, CH: 70g, Só: 4,9g, Ca: 48mg, Cuk.: 1g	Lencseleves zöldséges ¹⁰ , Főtt burgonya fél adag, Natúr csirkemell, Meggy mártás GM E: 581kcal, E: 2 407KJ, Zsír: 15g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 32g, CH: 75g, Só: 3,2g, Ca: 84mg, Cuk.: 28g	
Abonett GM, Zöldségkrém, paradicsom E: 328kcal, E: 1 384KJ, Zsír: 11g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 11g, CH: 42g, Só: 0,9g, Ca: 8mg, Cuk.: 1g	Abonett GM, Zala felvágott ⁶ , sárgarépa friss tisz., margarin E: 369kcal, E: 1 555KJ, Zsír: 14g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 14g, CH: 41g, Só: 1,0g, Ca: 11mg, Cuk.: 1g	Abonett GM, Zöldáru paprika, Snidlinges túrókrém ⁷ E: 325kcal, E: 1 369KJ, Zsír: 9g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 14g, CH: 41g, Só: 0,7g, Ca: 29mg, Cuk.: 2g	Abonett GM, Lekvár sárgabarack, margarin E: 367kcal, E: 1 544KJ, Zsír: 10g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 11g, CH: 52g, Só: 0,7g, Ca: 4mg, Cuk.: 13g	Abonett GM, Flora margarin, Allergén mentes felvágott E: 309kcal, E: 1 304KJ, Zsír: 8g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 15g, CH: 39g, Só: 0,8g, Ca: 1mg, Cuk.: 0g	

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. Csillagfűt

Jó Étvágyat Kívánunk!

Diétás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról és allergénekről érdeklődjön a konyhai személyzetnél, vagy a 06 70 489-9519-es számon! A szükség szerinti étlap változásáért előre is elnézésüket kérjük, megértésüket köszönjük! Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia/kcal/adag), SZH(szénhidr./g/adag), ZSÍR(zsír/tartalom: g/adag), FEH(fehérje/tartalom: g/adag)

ÉTLAP

Glutén		Glutén		2026. március 1 - 2026. április 3	
2026.03.09 Hétfő	2026.03.10 Kedd	2026.03.11 Szerda	2026.03.12 Csütörtök	2026.03.13 Péntek	
Paprikás szalámi, Tea-hársfa, puffasztott barnarizs, margarin	Abonett GM, Lekvár őszibarack, Tea - gyümölcsös, margarin	Abonett GM, Soproni felvágott, Tea - citromos, margarin	Abonett GM, Tea, margarin, Allergén mentes felvágott	Abonett GM, Házi húskrém DIÉTÁS,GM, TM, Tea, paradicsom	
E: 211kcal, E: 881KJ, Zsír: 13g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 5g, CH: 20g, Só: 0,4g, Ca: 13mg, Cuk.: 1g	E: 352kcal, E: 1 483KJ, Zsír: 10g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 11g, CH: 49g, Só: 0,7g, Ca: 0mg, Cuk.: 9g	E: 332kcal, E: 1 399KJ, Zsír: 10g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 11g, CH: 44g, Só: 0,7g, Ca: 0mg, Cuk.: 4g	E: 369kcal, E: 1 556KJ, Zsír: 12g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 15g, CH: 45g, Só: 0,8g, Ca: 0mg, Cuk.: 6g	E: 335kcal, E: 1 414KJ, Zsír: 8g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 13g, CH: 48g, Só: 1,4g, Ca: 8mg, Cuk.: 6g	
Alföldi gulyásleves, Tejberizs kakaó szórattal	Zöldborsóleves tészta nélkül, Pincepörkölt, csalamádé édesítőszerrel	Csirkeragu leves tej,tojás mentes, Baromfi virsli tej, tojás,glutén,szója mentes, Tökfőzelék GM, TM	Magyaros gombaleves, Pulykaragu DIÉTÁS, TEJMENTES, Párolt rizs	Babgulyás pulykából GM, Burgonyás tészta GM	
E: 816kcal, E: 3 420KJ, Zsír: 29g, Tel.zsír.: 6g, Feh.: 33g, CH: 99g, Só: 1,6g, Ca: 561mg, Cuk.: 15g	E: 466kcal, E: 1 951KJ, Zsír: 16g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 24g, CH: 55g, Só: 4,4g, Ca: 66mg, Cuk.: 5g	E: 537kcal, E: 2 249KJ, Zsír: 35g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 27g, CH: 27g, Só: 2,4g, Ca: 112mg, Cuk.: 11g	E: 548kcal, E: 2 291KJ, Zsír: 28g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 23g, CH: 68g, Só: 2,0g, Ca: 45mg, Cuk.: 0g	E: 408kcal, E: 1 707KJ, Zsír: 16g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 18g, CH: 49g, Só: 1,9g, Ca: 72mg, Cuk.: 2g	
Abonett GM, Zöldáru paprika, Allergén mentes felvágott, margarin	puffasztott rizs, Kigyó uborka, Allergén mentes felvágott, margarin	Abonett GM, sajtkrém, sárgarépa friss tisz.	puffasztott rizs, Zöldáru póréhagyma, Csirkemellsonka, Flora margarin	puffasztott rizs, Flora margarin, Allergén mentes felvágott	
E: 348kcal, E: 1 466KJ, Zsír: 12g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 15g, CH: 40g, Só: 0,8g, Ca: 2mg, Cuk.: 0g	E: 343kcal, E: 1 435KJ, Zsír: 11g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 14g, CH: 46g, Só: 0,1g, Ca: 34mg, Cuk.: 3g	E: 248kcal, E: 1 047KJ, Zsír: 2g, Tel.zsír.: 0g, Feh.: 11g, CH: 40g, Só: 0,8g, Ca: 7mg, Cuk.: 1g	E: 308kcal, E: 1 289KJ, Zsír: 6g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 15g, CH: 47g, Só: 0,2g, Ca: 53mg, Cuk.: 4g	E: 306kcal, E: 1 278KJ, Zsír: 7g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 14g, CH: 45g, Só: 0,1g, Ca: 32mg, Cuk.: 2g	

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. Csillagfűt

Jó Étvágyat Kívánunk!

Diétás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról és allergénekről érdeklődjön a konyhai személyzetnél, vagy a 06 70 489-9519-es számon! A szükség szerinti étlap változásáért előre is elnézésüket kérjük, megértésüket köszönjük! Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energiaÉkcal/adag), SZH(szénhidr:g/adag), ZSÍR(zsírartalom:g/adag), FEH(fehérjetartalom:g/adag)

ÉTLAP

Glutén		Glutén		2026. március 1 - 2026. április 3	
2026.03.16 Hétfő	2026.03.17 Kedd	2026.03.18 Szerda	2026.03.19 Csütörtök	2026.03.20 Péntek	
Tea- hársfa, puffasztott barnarizs, kenőmájás E: 163kcal, E: 684KJ, Zsír: 7g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 6g, CH: 20g, Só: 0,5g, Ca: 11mg, Cuk.: 1g	Tea, Kométa olasz felvágott, margarin, puffasztott barnarizs E: 213kcal, E: 889KJ, Zsír: 13g, Tel.zsír.: 5g, Feh.: 6g, CH: 19g, Só: 0,4g, Ca: 11mg, Cuk.: 7g	gépsonka, Tea - citromos, puffasztott barnarizs, margarin E: 221kcal, E: 924KJ, Zsír: 11g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 12g, CH: 17g, Só: 0,5g, Ca: 19mg, Cuk.: 5g	Zöldáru paprika, Tea, puffasztott barnarizs, Allergén mentes felvágott E: 126kcal, E: 528KJ, Zsír: 2g, Tel.zsír.: 0g, Feh.: 7g, CH: 19g, Só: 0,1g, Ca: 11mg, Cuk.: 7g	Allergén mentes párizsi, Tea, Kigyó uborka, puffasztott barnarizs, margarin E: 198kcal, E: 826KJ, Zsír: 10g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 7g, CH: 19g, Só: 0,1g, Ca: 11mg, Cuk.: 7g	
Zöldségleves tésztával, Csirkepörkölt, Tészta köret E: 503kcal, E: 2 106KJ, Zsír: 15g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 20g, CH: 70g, Só: 1,5g, Ca: 49mg, Cuk.: 9g	Karfiolleves DIÉTÁS, GM, TM, Tarhonyáshús GM pulykából E: 570kcal, E: 2 384KJ, Zsír: 22g, Tel.zsír.: 5g, Feh.: 25g, CH: 67g, Só: 2,4g, Ca: 72mg, Cuk.: 7g	Erőleves ⁹ , Paradicsomos káposztafőzelék GM, Baromfi virsli tej,tojás, glutén,szója mentes ⁶ E: 474kcal, E: 1 984KJ, Zsír: 24g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 14g, CH: 50g, Só: 2,7g, Ca: 87mg, Cuk.: 26g	Csontleves cérnametélletel, Sült csirkemell, Petrezselymes burgonya E: 363kcal, E: 1 519KJ, Zsír: 11g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 25g, CH: 39g, Só: 2,1g, Ca: 56mg, Cuk.: 5g	Körteleves DIAB, Milánói ragu, Tészta köret E: 527kcal, E: 2 204KJ, Zsír: 22g, Tel.zsír.: 5g, Feh.: 17g, CH: 64g, Só: 3,1g, Ca: 46mg, Cuk.: 3g	
Abonett GM, Lilahagyma, Zöldségkrém E: 331kcal, E: 1 394KJ, Zsír: 11g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 11g, CH: 42g, Só: 0,9g, Ca: 12mg, Cuk.: 2g	Abonett GM, sárgarépa friss tisz., Allergén mentes felvágott, margarin E: 351kcal, E: 1 479KJ, Zsír: 12g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 15g, CH: 40g, Só: 0,9g, Ca: 7mg, Cuk.: 1g	Abonett GM, Körözött ⁷ , Lilahagyma E: 293kcal, E: 1 237KJ, Zsír: 5g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 14g, CH: 42g, Só: 0,8g, Ca: 32mg, Cuk.: 3g	Abonett GM, Flora margarin, Méz E: 323kcal, E: 1 365KJ, Zsír: 6g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 11g, CH: 52g, Só: 0,7g, Ca: 1mg, Cuk.: 0g	Abonett GM, Flora margarin E: 278kcal, E: 1 175KJ, Zsír: 6g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 11g, CH: 39g, Só: 0,7g, Ca: 1mg, Cuk.: 0g	

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. Csillagfűt

Jó Étvágyat Kívánunk!

Diétás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról és allergénekről érdeklődjön a konyhai személyzetnél, vagy a 06 70 489-9519-es számon! A szükség szerinti étlap változásáért előre is elnézésüket kérjük, megértésüket köszönjük! Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia/Ékcal/adag), SZH(szénhidr./adag), ZSÍR(zsír/tartalom: g/adag), FEH(fehérje/tartalom: g/adag)

MealPlanner / Tex and Co Network Kft. www.texandco.hu

ÉTLAP

Glutén		Glutén		2026. március 1 - 2026. április 3	
2026.03.23 Hétfő	2026.03.24 Kedd	2026.03.25 Szerda	2026.03.26 Csütörtök	2026.03.27 Péntek	
Abonett GM, Paprikás szalámi, Tea, margarin E: 385kcal, E: 1 619KJ, Zsír: 15g, Tel.zsír: 4g, Feh.: 12g, CH: 45g, Só: 1,1g, Ca: 4mg, Cuk.: 6g	Abonett GM, Padlizsánkrém^{7,10}, Tea E: 280kcal, E: 1 181KJ, Zsír: 3g, Tel.zsír: 1g, Feh.: 11g, CH: 47g, Só: 0,9g, Ca: 15mg, Cuk.: 8g	Abonett GM, Tea, margarin, Allergén mentes felvágott E: 369kcal, E: 1 556KJ, Zsír: 12g, Tel.zsír: 3g, Feh.: 15g, CH: 45g, Só: 0,8g, Ca: 0mg, Cuk.: 6g	Abonett GM, Pulyka felvágott, Lilahagyma, Tea-hársfa, margarin E: 366kcal, E: 1 543KJ, Zsír: 11g, Tel.zsír: 3g, Feh.: 14g, CH: 48g, Só: 1,1g, Ca: 19mg, Cuk.: 1g	Abonett GM, Zöldáru paprika, Tea, Kométa zala felvágott E: 318kcal, E: 1 341KJ, Zsír: 6g, Tel.zsír: 2g, Feh.: 14g, CH: 46g, Só: 1,0g, Ca: 6mg, Cuk.: 6g	
Paradicsomleves GLUTÉNMENTES⁹, Gyümölcs, Tavaszi rizseshús pulykahúsból E: 543kcal, E: 2 270KJ, Zsír: 16g, Tel.zsír: 2g, Feh.: 21g, CH: 77g, Só: 5,7g, Ca: 56mg, Cuk.: 25g	Frankfurti leves GM, TM, SZÓJAMENTES, Gyümölcsös puliszka⁷ E: 522kcal, E: 2 185KJ, Zsír: 25g, Tel.zsír: 6g, Feh.: 13g, CH: 59g, Só: 3,1g, Ca: 196mg, Cuk.: 17g	Zöldségleves 2dl, Paprikás burgonya baromfi virslivel⁶ E: 421kcal, E: 1 764KJ, Zsír: 18g, Tel.zsír: 1g, Feh.: 12g, CH: 52g, Só: 0,9g, Ca: 79mg, Cuk.: 8g	Csontleves cérnametélletel, Sárgaborsó főzelék, Sertéspörkölt E: 614kcal, E: 2 572KJ, Zsír: 30g, Tel.zsír: 2g, Feh.: 28g, CH: 55g, Só: 5,7g, Ca: 86mg, Cuk.: 8g	Palócleves pulykából DIÉTÁS, GM, TM, Káposztás tészta GM E: 464kcal, E: 1 942KJ, Zsír: 29g, Tel.zsír: 5g, Feh.: 19g, CH: 30g, Só: 2,4g, Ca: 81mg, Cuk.: 16g	
puffasztott rizs, Kigyó uborka, kockasajt⁷ E: 304kcal, E: 1 271KJ, Zsír: 8g, Tel.zsír: 4g, Feh.: 13g, CH: 46g, Só: 0,5g, Ca: 124mg, Cuk.: 3g	puffasztott rizs, Löncs hús⁶, margarin, sárgarépa friss tisz. E: 369kcal, E: 1 543KJ, Zsír: 14g, Tel.zsír: 4g, Feh.: 13g, CH: 47g, Só: 0,3g, Ca: 41mg, Cuk.: 4g	puffasztott rizs, Retek, Kométa olasz felvágott, margarin E: 361kcal, E: 1 507KJ, Zsír: 14g, Tel.zsír: 5g, Feh.: 13g, CH: 46g, Só: 0,5g, Ca: 33mg, Cuk.: 3g	puffasztott rizs, Sajtkrém⁷ E: 295kcal, E: 1 234KJ, Zsír: 7g, Tel.zsír: 0g, Feh.: 12g, CH: 46g, Só: 0,1g, Ca: 111mg, Cuk.: 2g	puffasztott rizs, Allergén mentes felvágott, margarin E: 341kcal, E: 1 427KJ, Zsír: 11g, Tel.zsír: 3g, Feh.: 14g, CH: 45g, Só: 0,1g, Ca: 31mg, Cuk.: 2g	

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. Csillagfűt

Jó Étvágyat Kívánunk!

Dietetikus étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a dietás étlapról és allergénekről érdeklődjön a konyhai személyzetnél, vagy a 06 70 489-9519-es számon! A szükség szerinti étlap változásáért előre is elnézésüket kérjük, megértésüket köszönjük! Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia/kcal/adag), SZH(szénhidr./adag), ZSÍR(zsír/tartalom: g/adag), FEH(fehérje/tartalom: g/adag)

ÉTLAP

Glutén		Glutén		2026. március 1 - 2026. április 3	
2026.03.30 Hétfő	2026.03.31 Kedd	2026.04.01 Szerda	2026.04.02 Csütörtök	2026.04.03 Péntek	
Magyaros vajkrém⁷, Flora margarin, Tea - citromos, Kigyó uborka, puffasztott barnarizs E: 268kcal, E: 1 117KJ, Zsír: 13g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 6g, CH: 32g, Só: 0,0g, Ca: 21mg, Cuk.: 6g	Kakaó⁷, puffasztott barnarizs, margarin, Allergén mentes felvágott E: 366kcal, E: 1 531KJ, Zsír: 14g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 17g, CH: 42g, Só: 0,1g, Ca: 260mg, Cuk.: 6g	Fokhagymás felvágott⁷, Tea - gyümölcsös, margarin, paradicsom, puffasztott barnarizs E: 423kcal, E: 1 045KJ, Zsír: 23g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 11g, CH: 37g, Só: 0,0g, Ca: 20mg, Cuk.: 11g	Kukoricapehely, Tej⁷ E: 285kcal, E: 1 193KJ, Zsír: 3g, Tel.zsír.: 0g, Feh.: 11g, CH: 52g, Só: 1,1g, Ca: 247mg, Cuk.: g	Zöldpaprika, Tea, puffasztott barnarizs, margarin, párizsi E: 277kcal, E: 1 158KJ, Zsír: 12g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 8g, CH: 33g, Só: 0,5g, Ca: 23mg, Cuk.: 7g	
Pulykaraguleves, Alma, Burgonyafőzelék DIÉTÁS, GM, TM, Pulyka aprópecsenye E: 621kcal, E: 2 598KJ, Zsír: 34g, Tel.zsír.: 5g, Feh.: 32g, CH: 43g, Só: 4,9g, Ca: 76mg, Cuk.: 12g	Zöldségleves tésztával, Kukoricás csirkemell csíkok GM, TM, Tészta köret E: 618kcal, E: 2 587KJ, Zsír: 20g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 24g, CH: 83g, Só: 0,9g, Ca: 65mg, Cuk.: 10g	Zöldborsóleves tészta nélkül, Lecsós csirke, Főtt burgonya E: 454kcal, E: 1 898KJ, Zsír: 22g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 11g, CH: 51g, Só: 4,0g, Ca: 50mg, Cuk.: 3g	Erőleves 2dl⁹, Natúr csirkemell, Zöldséges párolt rizs E: 403kcal, E: 1 687KJ, Zsír: 12g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 25g, CH: 45g, Só: 0,5g, Ca: 47mg, Cuk.: 5g	Meggyleves GM⁷, Tarhonyáshús GM, Csemege uborka édesítőszerrel E: 540kcal, E: 2 263KJ, Zsír: 14g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 20g, CH: 80g, Só: 98,9g, Ca: 65mg, Cuk.: 21g	
Abonett GM, Lekvár sárgabarack, margarin E: 367kcal, E: 1 544KJ, Zsír: 10g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 11g, CH: 52g, Só: 0,7g, Ca: 4mg, Cuk.: 13g	puffasztott barnarizs, margarin, sárgarépa friss tisz., Kométa olasz felvágott E: 262kcal, E: 1 096KJ, Zsír: 13g, Tel.zsír.: 5g, Feh.: 9g, CH: 27g, Só: 0,5g, Ca: 26mg, Cuk.: 3g	Vaniliás mazsolás túrókrém⁷, puffasztott barnarizs, margarin E: 293kcal, E: 1 226KJ, Zsír: 11g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 9g, CH: 39g, Só: 0,0g, Ca: 41mg, Cuk.: 14g	póréhagyma, puffasztott barnarizs, margarin, Allergén mentes bécsi felvágott E: 251kcal, E: 1 049KJ, Zsír: 11g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 10g, CH: 26g, Só: 0,1g, Ca: 44mg, Cuk.: 3g	Méz, puffasztott barnarizs, margarin E: 254kcal, E: 1 062KJ, Zsír: 9g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 6g, CH: 38g, Só: 0,0g, Ca: 18mg, Cuk.: 1g	

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. Csillagfűt

Jó Étvágyat Kívánunk!

Diétás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról és allergénekről érdeklődjön a konyhai személyzetnél, vagy a 06 70 489-9519-es számon! A szükség szerinti étlap változásáért előre is elnézésüket kérjük, megértésüket köszönjük! Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia/kcal/adag), SZH(szénhidr./g/adag), ZSÍR(zsír/tartalom./g/adag), FEH(fehérje/tartalom./g/adag)