

ÉTLAP

2026. Június 01-től Június 05-ig

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT
<p>TÍZÓRAI</p> 	<p>Tej Kuglóf</p> <p>energia (Joule): 1276.8000 kJ; energia (kalória): 304.9580 kcal; zsír: 8.5800 g; szénhidrát: 42.8200 g; kalcium: 236.0000 mg; fehérje (össz): 11.7800 g; tejkalcium: 236.0000 mgAllergén: glutén,tej,tojás</p>	<p>Tea Delma Kornspitz kifli</p> <p>energia (Joule): 1010.2850 kJ; energia (kalória): 241.3030 kcal; zsír: 9.2350 g; zsírsav: 7.6170 g; szénhidrát: 30.8980 g; cukor: 2.6840 g; só: 1.1200 g; kalcium: 5.4500 mg; telített zsírsav: 0.1200 g; fehérje (össz): 6.4960 gAllergén: glutén, tej,olajosmag</p>	<p>Tea Májkrém Zsemle</p> <p>energia (Joule): 607.3450 kJ; energia (kalória): 145.0630 kcal; zsír: 2.6270 g; szénhidrát: 24.1260 g; cukor: 2.6440 g; só: 0.7800 g; kalcium: 5.4500 mg; fehérje (össz): 5.4510 gAllergén: glutén,csillagfűrt</p>	<p>Kakaó Kifli</p> <p>energia (Joule): 821.1900 kJ; energia (kalória): 196.1380 kcal; zsír: 2.7450 g; zsírsav: 0.6190 g; szénhidrát: 33.6120 g; cukor: 2.9970 g; só: 0.6650 g; kalcium: 150.4380 mg; fehérje (össz): 8.5830 g; tejkalcium: 141.6000 mgAllergén: glutén, tej,</p>	<p>Tea Trappista sajt Zsemle</p> <p>energia (Joule): 925.2450 kJ; energia (kalória): 220.9920 kcal; zsír: 8.7270 g; zsírsav: 7.7490 g; szénhidrát: 24.4060 g; cukor: 3.1240 g; só: 1.5080 g; kalcium: 177.9500 mg; fehérje (össz): 11.6210 g; tejkalcium: 172.5000 mgAllergén:tej,glutén</p>	
<p>EBÉD</p> 	<p>Gulyásleves Túrós tészta Alma</p> <p>energia (Joule): 2037.5950 kJ; energia (kalória): 486.6720 kcal; zsír: 12.3470 g; zsírsav: 1.5850 g; szénhidrát: 68.7700 g; cukor: 13.8810 g; só: 0.5060 g; kalcium: 53.8840 mg; fehérje (össz): 23.2100 g; tejkalcium: 40.4800 mgAllergén: glutén(L,M)tej(M),tojás(M)</p>	<p>Paradicsomleves Zöldséges csirkés rizottó</p> <p>energia (Joule): 2303.2890 kJ; energia (kalória): 550.1310 kcal; zsír: 21.6560 g; zsírsav: 9.6610 g; szénhidrát: 59.1550 g; cukor: 7.5530 g; só: 1.1100 g; kalcium: 242.2560 mg; koleszterin: 31.6800 mg; fehérje (össz): 29.0200 g; tejkalcium: 226.8000 mgAllergén:glutén(L),tojás(L),zeller(L),tej (M)</p>	<p>Gyümölcsleves Rakott burgonya Csemege uborka</p> <p>energia (Joule): 1862.9300 kJ; energia (kalória): 444.9530 kcal; zsír: 14.2090 g; zsírsav: 3.4570 g; szénhidrát: 61.4770 g; cukor: 11.7960 g; só: 1.2540 g; kalcium: 44.2090 mg; fehérje (össz): 15.8810 g; tejkalcium: 1.9800 mgAllergén:tojás(M),tej(M)</p>	<p>Zöldségleves Zöldborsófőzelék Fasírt Kenyér</p> <p>energia (Joule): 2450.7630 kJ; energia (kalória): 585.3570 kcal; zsír: 18.0880 g; zsírsav: 0.4620 g; szénhidrát: 72.1270 g; cukor: 2.6150 g; só: 0.4660 g; kalcium: 33.9300 mg; fehérje (össz): 29.7360 gAllergén: glutén(L,M),zeller(L), tojás(L,M)</p>	<p>Felesborsóleves Mákos guba Vanília sodó</p> <p>energia (Joule): 2472.7730 kJ; energia (kalória): 590.6110 kcal; zsír: 12.7210 g; zsírsav: 5.7560 g; szénhidrát: 94.9550 g; cukor: 20.6990 g; só: 1.1100 g; kalcium: 443.3230 mg; fehérje (össz): 22.6430 g; tejkalcium: 212.4000 mgAllergén: glutén(L,M),zeller(L), tojás(L)zeller(L),tej(M)</p>	
<p>UZSONNA</p> 	<p>Olasz felvágott Vándor kenyér Paradicsom</p> <p>energia (Joule): 1063.1000 kJ; energia (kalória): 253.9180 kcal; zsír: 10.0000 g; szénhidrát: 30.8900 g; só: 2.1600 g; telített zsírsav: 0.1200 g; fehérje (össz): 9.2900 gAllergén: glutén</p>	<p>Lekvár Kenyér</p> <p>energia (Joule): 754.7000 kJ; energia (kalória): 180.2580 kcal; zsír: 0.4800 g; szénhidrát: 37.8300 g; kalcium: 21.0000 mg; fehérje (össz): 5.0200 gAllergén:glutén</p>	<p>Pizzás csiga</p> <p>energia (Joule): 460.3200 kJ; energia (kalória): 109.9460 kcal; zsír: 4.9140 g; szénhidrát: 13.5660 g; só: 1.2600 g; fehérje (össz): 2.8980 gAllergén:glutén,tej</p>	<p>Paprikás szalámi Vándor kenyér Uborka</p> <p>energia (Joule): 1261.4000 kJ; energia (kalória): 301.2810 kcal; zsír: 13.5200 g; szénhidrát: 30.4300 g; só: 0.9000 g; kalcium: 3.0000 mg; telített zsírsav: 0.1200 g; koleszterin: 45.0000 mg; fehérje (össz): 12.5300 g Allergén:glutén</p>	<p>Gyümölcsle Kifli</p> <p>energia (Joule): 839.6400 kJ; energia (kalória): 200.5450 kcal; zsír: 0.3940 g; szénhidrát: 44.3400 g; só: 0.6620 g; kalcium: 8.8200 mg; fehérje (össz): 4.1480 gAllergén: glutén,</p>	

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

E:Energia tartalom, F:Fehérje tartalom, Zs:Zsír tartalom/ Telített zsír, Szh:Szénhidrát tartalom, Allergén: Allergizáló összetevők, S: Só tartalom, Cukor: Hozzáadott cukor tartalom

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2026. Június 08-tól Június 12-ig

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBA T
<p>TÍZÓRAI</p> 	<p>Tejeskávé Kifli</p> <p>energia (Joule): 805.6760 kJ; energia (kalória): 192.4320 kcal; zsír: 2.1020 g; zsírsav: 0.0060 g; szénhidrát: 34.6780 g; cukor: 4.1960 g; só: 0.6620 g; kalcium: 150.4450 mg; fehérje (össz): 8.0400 g; tejkalcium: 141.6000 mg Allergén: glutén,tej,</p>	<p>Tea Csemege szalámi Zsemle</p> <p>energia (Joule): 1056.3450 kJ; energia (kalória): 252.3050 kcal; zsír: 12.3270 g; szénhidrát: 24.2260 g; cukor: 2.6440 g; só: 0.7800 g; kalcium: 5.4500 mg; fehérje (össz): 11.0210 g Allergén: glutén</p>	<p>Tej Fonottka</p> <p>energia (Joule): 1067.5000 kJ; energia (kalória): 254.9680 kcal; zsír: 4.1000 g; szénhidrát: 41.1000 g; cukor: 0.6000 g; só: 0.7500 g; kalcium: 236.0000 mg; telített zsírsav: 0.2500 g; fehérje (össz): 11.8000 g; tejkalcium: 236.0000 mg Allergén: glutén,tej</p>	<p>Tea Camping sajt Zsemle</p> <p>energia (Joule): 634.2450 kJ; energia (kalória): 151.4880 kcal; zsír: 3.4170 g; szénhidrát: 24.0760 g; cukor: 2.6440 g; só: 0.9200 g; kalcium: 62.9500 mg; fehérje (össz): 5.2710 g; tejkalcium: 57.5000 mg Allergén: glutén,tej</p>	<p>Tej Sajtosrúd</p> <p>energia (Joule): 976.8000 kJ; energia (kalória): 233.3050 kcal; zsír: 11.2200 g; szénhidrát: 22.0000 g; só: 0.9000 g; kalcium: 236.0000 mg; fehérje (össz): 9.2000 g; tejkalcium: 236.0000 mg Allergén: glutén,tej</p>	
<p>EBÉD</p> 	<p>Húsgaluskaleves Káposztás tészta Alma</p> <p>energia (Joule): 1912.2980 kJ; energia (kalória): 456.7460 kcal; zsír: 14.0980 g; zsírsav: 6.1710 g; szénhidrát: 69.0910 g; cukor: 26.8020 g; só: 0.3640 g; kalcium: 157.2970 mg; fehérje (össz): 11.5630 g Allergén: glutén(L,M),tojás(M)</p>	<p>Reszelttészta leves Paprikás burgonya Csemege uborka</p> <p>energia (Joule): 1552.5980 kJ; energia (kalória): 370.8330 kcal; zsír: 14.7480 g; zsírsav: 0.1430 g; szénhidrát: 45.4720 g; cukor: 2.1040 g; só: 3.0360 g; kalcium: 19.7580 mg; koleszterin: 39.6960 mg; fehérje (össz): 12.1220 g Allergén: glutén(L),tojás(L)</p>	<p>Tojásleves Sertéspaprikás Bulgur</p> <p>energia (Joule): 2195.5270 kJ; energia (kalória): 524.3930 kcal; zsír: 26.1290 g; zsírsav: 7.0480 g; szénhidrát: 51.0140 g; cukor: 0.0720 g; só: 0.5060 g; kalcium: 36.0300 mg; fehérje (össz): 23.1650 g; tejkalcium: 19.8000 mg Allergén: glutén(L,M),zeller(L),tojás(L,M)</p>	<p>Csontleves Rántothús Rizs Káposzta saláta Desszert</p> <p>energia (Joule): 3511.5330 kJ; energia (kalória): 838.7150 kcal; zsír: 38.2180 g; zsírsav: 2.0390 g; szénhidrát: 91.3470 g; cukor: 18.6490 g; só: 1.0830 g; kalcium: 161.5600 mg; fehérje (össz): 27.0990 g Allergén: glutén(M),zeller(L)</p>	<p>Lencseleves Lekváros bukta</p> <p>energia (Joule): 1824.3940 kJ; energia (kalória): 435.7500 kcal; zsír: 8.0550 g; zsírsav: 2.9140 g; szénhidrát: 74.3650 g; cukor: 9.4970 g; só: 0.1820 g; kalcium: 31.6100 mg; fehérje (össz): 16.1250 g; tejkalcium: 28.3200 mg Allergén: glutén(L,M),tej(M),tojás(L,M)</p>	
<p>UZSONNA</p> 	<p>Zala felvágott Vándor kenyér</p> <p>energia (Joule): 931.2000 kJ; energia (kalória): 222.4140 kcal; zsír: 6.6900 g; zsírsav: 5.6700 g; szénhidrát: 30.1800 g; só: 1.6500 g; telített zsírsav: 0.1200 g; fehérje (össz): 9.6600 g Allergén: glutén</p>	<p>Édestúró Zabos kenyér</p> <p>energia (Joule): 1045.1750 kJ; energia (kalória): 249.6360 kcal; zsír: 5.1600 g; zsírsav: 1.5230 g; szénhidrát: 38.7440 g; cukor: 10.7310 g; só: 0.9190 g; kalcium: 29.3230 mg; telített zsírsav: 0.2400 g; fehérje (össz): 10.8050 g; tejkalcium: 29.2800 mg Allergén: glutén,tej</p>	<p>Főtt tojás Vándor kenyér Lilahagyma</p> <p>energia (Joule): 643.9930 kJ; energia (kalória): 153.8160 kcal; zsír: 0.7900 g; zsírsav: 0.0460 g; szénhidrát: 30.8330 g; cukor: 0.8330 g; só: 0.9000 g; kalcium: 0.1700 mg; telített zsírsav: 0.1200 g; fehérje (össz): 5.1680 g Allergén: glutén,tojás</p>	<p>Sajtos perec</p> <p>energia (Joule): 1344kJ; energia (kalória): 319kcal; zsír: 8g; zsírsav: 2,3g; szénhidrát: 51 g; cukor: 0g; só: 2,3g; kalcium: 0mg; fehérje (össz): 10g Allergén: glutén,tojás,tej</p>	<p>Túrórudi Kifli</p> <p>energia (Joule): 849.1400 kJ; energia (kalória): 202.8140 kcal; zsír: 4.8440 g; szénhidrát: 31.6900 g; só: 0.6620 g; kalcium: 26.3200 mg; fehérje (össz): 7.5730 g; tejkalcium: 17.5000 mg Allergén: glutén,tej</p>	

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

E: Energia tartalom, F: Fehérje tartalom, Zs: Zsír tartalom/ Telített zsír, Sz: Szénhidrát tartalom, Allergén: Allergizáló összetevők, S: Só tartalom, Cukor: Hozzáadott cukor tartalom
Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2026. Június 15-től Június 21-ig

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT
<p>TÍZÓRAI</p> 	<p>Kakaó Fonottka</p> <p>energia (Joule): 989.0500 kJ; energia (kalória): 236.2310 kcal; zsír: 3.5510 g; zsírsav: 0.6190 g; szénhidrát: 40.1720 g; cukor: 3.5970 g; só: 0.7530 g; kalcium: 141.6180 mg; telített zsírsav: 0.2500 g; fehérje (össz): 9.6350 g; tejkalcium: 141.6000 mgAllergén: tej,glutén,</p>	<p>Tea Gépsonka Zsemle</p> <p>energia (Joule): 710.9850 kJ; energia (kalória): 169.8170 kcal; zsír: 3.0570 g; zsírsav: 1.9170 g; szénhidrát: 24.0460 g; cukor: 2.6440 g; só: 1.1140 g; kalcium: 5.4500 mg; koleszterin: 21.0000 mg; fehérje (össz): 10.9010 gAllergén: glutén,</p>	<p>Tej Méz Zsemle</p> <p>energia (Joule): 1015.9600 kJ; energia (kalória): 242.6580 kcal; zsír: 3.8320 g; szénhidrát: 39.9680 g; cukor: 8.1000 g; só: 0.7800 g; kalcium: 240.0000 mg; fehérje (össz): 10.4800 g; tejkalcium: 236.0000 mgAllergén: glutén, tej,méz</p>	<p>Tea Teavaj Kifli</p> <p>energia (Joule): 838.9250 kJ; energia (kalória): 200.3740 kcal; zsír: 8.3890 g; zsírsav: 7.0700 g; szénhidrát: 26.6480 g; cukor: 2.6940 g; só: 0.6650 g; kalcium: 15.5700 mg; koleszterin: 23.0000 mg; fehérje (össz): 4.4690 g; tejkalcium: 1.3000 mgAllergén: glutén,tej</p>	<p>Vaníliástej Kifli</p> <p>energia (Joule): 820.7280 kJ; energia (kalória): 196.0280 kcal; zsír: 2.0940 g; szénhidrát: 35.6000 g; cukor: 4.7950 g; só: 0.6620 g; kalcium: 150.4490 mg; fehérje (össz): 8.0300 g; tejkalcium: 141.6000 mgAllergén: glutén,tej</p>	
<p>EBÉD</p> 	<p>Palócleves Mákos tészta Alma</p> <p>energia (Joule): 2302.3250 kJ; energia (kalória): 549.9010 kcal; zsír: 17.7270 g; zsírsav: 6.2360 g; szénhidrát: 77.8040 g; cukor: 20.1870 g; só: 0.3630 g; kalcium: 270.1090 mg; fehérje (össz): 17.6590 gAllergén:glutén(M),tojás(M),zeller(L)</p>	<p>Húsgaluska leves Rakott kelkáposzta</p> <p>energia (Joule): 1374.1690 kJ; energia (kalória): 328.2140 kcal; zsír: 11.3830 g; zsírsav: 0.3080 g; szénhidrát: 35.7380 g; cukor: 6.4890 g; só: 0.3870 g; kalcium: 77.6580 mg; fehérje (össz): 19.0360 g; tejkalcium: 1.9800 mgAllergén: glutén(L,M),zeller(L),tojás(L),tej(M)</p>	<p>Gombaleves Tarhonyáshús Vegyes savanyúság</p> <p>energia (Joule): 2072.3710 kJ; energia (kalória): 494.9780 kcal; zsír: 15.3640 g; zsírsav: 0.2210 g; szénhidrát: 64.5400 g; cukor: 14.9430 g; só: 0.7310 g; kalcium: 93.6270 mg; fehérje (össz): 23.1890 gAllergén:glutén(L,M),zeller(L),tojás(L,M)</p>	<p>Sertéshúsleves Paradicsommártás Főtt burgonya Főtt hús</p> <p>energia (Joule): 2268.1600 kJ; energia (kalória): 541.7410 kcal; zsír: 18.7320 g; zsírsav: 0.1020 g; szénhidrát: 52.6550 g; cukor: 11.6090 g; só: 0.8500 g; kalcium: 71.5500 mg; fehérje (össz): 37.7140 mgAllergén: glutén(L,M),tojás(L),zeller(L)</p>	<p>Fejtettbab leves Sajtos tejfölös lángos</p> <p>energia (Joule): 2766.7670 kJ; energia (kalória): 660.8310 kcal; zsír: 36.2900 g; zsírsav: 4.7690 g; szénhidrát: 62.4730 g; cukor: 1.7520 g; só: 0.6800 g; kalcium: 132.9100 mg; fehérje (össz): 19.0890 g; tejkalcium: 131.8800 mgAllergén: glutén(L,M),tojás(L),zeller(L),tej(M)</p>	
<p>UZSONNA</p> 	<p>Turista szalámi Pur pur zsemle</p> <p>energia (Joule): 1049.2200 kJ; energia (kalória): 250.6020 kcal; zsír: 14.7960 g; zsírsav: 10.8630 g; szénhidrát: 15.1700 g; cukor: 1.3000 g; só: 1.9390 g; telített zsírsav: 0.3640 g; fehérje (össz): 12.0100 gAllergén:glutén</p>	<p>Kockasajt Vándor kenyér Paradicsom</p> <p>energia (Joule): 951.5000 kJ; energia (kalória): 227.2620 kcal; zsír: 7.1000 g; zsírsav: 5.6880 g; szénhidrát: 31.6200 g; cukor: 0.4200 g; só: 1.4600 g; kalcium: 100.0000 mg; telített zsírsav: 0.1200 g; fehérje (össz): 8.4000 g; tejkalcium: 100.0000 mgAllergén: glutén,tej</p>	<p>Tonhalkrém Vándor kenyér</p> <p>energia (Joule): 951.0830 kJ; energia (kalória): 227.1630 kcal; zsír: 8.0770 g; zsírsav: 2.6360 g; szénhidrát: 30.7850 g; cukor: 0.0930 g; só: 1.0920 g; kalcium: 2.8080 mg; telített zsírsav: 0.1200 g; fehérje (össz): 7.2510 gAllergén: glutén,tej,mustár,hal</p>	<p>Párizsi Kenyér Paprika</p> <p>energia (Joule): 943.8000 kJ; energia (kalória): 225.4240 kcal; zsír: 5.9400 g; szénhidrát: 32.3400 g; só: 0.6080 g; kalcium: 21.0000 mg; fehérje (össz): 8.8500 mgAllergén: glutén</p>	<p>Gyümölcsjoghurt Kornspitz kifli</p> <p>energia (Joule): 1129.3500 kJ; energia (kalória): 269.7410 kcal; zsír: 2.3900 g; szénhidrát: 49.4500 g; só: 1.0200 g; kalcium: 150.0000 mg; telített zsírsav: 0.1200 g; fehérje (össz): 9.7500 g; tejkalcium: 150.0000 mgAllergén: glutén,tej</p>	

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

E: Energia tartalom, F: Fehérje tartalom, Zs: Zsír tartalom/ Telített zsír, Sz: Szénhidrát tartalom, Allergén: Allergizáló összetevők, S: Só tartalom, Cukor: Hozzáadott cukor tartalom

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2026. Június 22-től Június 28-ig

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMB AT
<p>TÍZÓRAI</p> 	<p>Tej Gabonagolyó</p> <p>energia (Joule): 742.2000 kJ; energia (kalória): 177.2710 kcal; zsír: 3.6400 g; szénhidrát: 25.2000 g; só: 0.0180 g; kalcium: 236.0000 mg; fehérje (össz): 8.5600 g; tejkalcium: 236.0000 mgAllergén: glutén, tej,soja</p>	<p>Tea Delma Sajtoskifli</p> <p>energia (Joule): 987.0050 kJ; energia (kalória): 235.7430 kcal; zsír: 11.3710 g; zsírsav: 7.6170 g; szénhidrát: 26.2180 g; cukor: 3.1460 g; só: 0.7720 g; kalcium: 5.4500 mg; telített zsírsav: 1.3020 g; fehérje (össz): 6.7960 gAllergén: glutén, tej,tojás</p>	<p>Tej Fatörzs kifli</p> <p>energia (Joule): 1037.5000 kJ; energia (kalória): 247.8020 kcal; zsír: 6.7500 g; szénhidrát: 38.6000 g; kalcium: 236.0000 mg; fehérje (össz): 10.2500 g; tejkalcium: 236.0000 mgAllergén: glutén,tej,tojás</p>	<p>Tejbedara</p> <p>energia (Joule): 1014.4320 kJ; energia (kalória): 242.2940 kcal; zsír: 2.5860 g; szénhidrát: 45.9390 g; cukor: 14.9860 g; só: 0.0020 g; kalcium: 177.0900 mg; fehérje (össz): 7.9800 g; tejkalcium: 177.0000 mgAllergén: glutén, tej</p>	<p>Tea Trappista sajt Kifli</p> <p>energia (Joule): 945.7250 kJ; energia (kalória): 225.8830 kcal; zsír: 8.1890 g; zsírsav: 7.7490 g; szénhidrát: 27.0780 g; cukor: 3.1240 g; só: 1.3900 g; kalcium: 186.7700 mg; fehérje (össz): 11.9290 g; tejkalcium: 172.5000 mgAllergén: glutén,tej</p>	
<p>EBÉD</p> 	<p>Sertésragu leves Lekvár derelye Gyümölcs</p> <p>energia (Joule): 1922.2580 kJ; energia (kalória): 459.1240 kcal; zsír: 12.0160 g; zsírsav: 5.7400 g; szénhidrát: 67.8070 g; cukor: 9.6630 g; só: 0.5220 g; kalcium: 38.0700 mg; fehérje (össz): 18.4670 g; tejkalcium: 13.2000 mgAllergén: glutén(L,M),zeller(L), tojás(L,M),tej(M)</p>	<p>Karfiolleves Tökfőzelék Sertéspörkölt Kenyér</p> <p>energia (Joule): 2058.2670 kJ; energia (kalória): 491.6110 kcal; zsír: 19.5550 g; zsírsav: 9.3190 g; szénhidrát: 53.6320 g; cukor: 4.5000 g; só: 0.7150 g; kalcium: 40.5460 mg; fehérje (össz): 22.9040 g; tejkalcium: 7.8000 mgAllergén: glutén(L,M),zeller(L),tojás(L),tej(M)</p>	<p>Zellerkrémleves Milánói makaróni</p> <p>energia (Joule): 2185.1190 kJ; energia (kalória): 521.9060 kcal; zsír: 22.3340 g; zsírsav: 6.2200 g; szénhidrát: 52.4970 g; cukor: 3.9240 g; só: 1.0870 g; kalcium: 178.5600 mg; fehérje (össz): 26.6370 g; tejkalcium: 147.9000 mgAllergén: glüén(L,M),tojás(M),zeller (L)tej(L,M)</p>	<p>Gyümölcsleves Zöldséges rizs Sült hús</p> <p>energia (Joule): 2843.2690 kJ; energia (kalória): 679.1040 kcal; zsír: 20.3510 g; zsírsav: 4.8680 g; szénhidrát: 92.6780 g; cukor: 15.7480 g; só: 0.4410 g; kalcium: 13.2850 mg; fehérje (össz): 28.1390 gAllergén:</p>	<p>Frankfurti leves Sajtos pogácsa</p> <p>energia (Joule): 2771.5100 kJ; energia (kalória): 661.9640 kcal; zsír: 41.8260 g; zsírsav: 8.1970 g; szénhidrát: 47.7640 g; cukor: 4.2700 g; só: 2.4460 g; kalcium: 173.2300 mg; koleszterin: 25.9200 mg; fehérje (össz): 21.8130 g; tejkalcium: 126.9000 mgAllergén: glutén(L,M),zeller(L) tojás(M),tej(M)</p>	
<p>UZSONNA</p> 	<p>Csirkesonka Vándor kenyér</p> <p>energia (Joule): 787.0500 kJ; energia (kalória): 187.9840 kcal; zsír: 1.1400 g; zsírsav: 0.4080 g; szénhidrát: 32.1000 g; só: 1.5910 g; telített zsírsav: 0.1200 g; fehérje (össz): 11.6400 gAllergén:glutén</p>	<p>Kenőmájás Vándor kenyér Uborka</p> <p>energia (Joule): 902.5000 kJ; energia (kalória): 215.5590 kcal; zsír: 6.2900 g; zsírsav: 4.9900 g; szénhidrát: 30.5700 g; só: 1.4500 g; kalcium: 4.5000 mg; telített zsírsav: 0.1200 g; koleszterin: 44.8000 mg; fehérje (össz): 8.4600 gAllergén:glutén,csillagfűrt</p>	<p>Tojáskrém Vándor kenyér</p> <p>energia (Joule): 1064.4480 kJ; energia (kalória): 254.2390 kcal; zsír: 10.4650 g; zsírsav: 4.7580 g; szénhidrát: 30.8700 g; cukor: 0.1460 g; só: 1.0770 g; kalcium: 10.0260 mg; telített zsírsav: 0.1200 g; fehérje (össz): 8.5750 gAllergén:glutén,tojás,tej</p>	<p>Kárpát szalámi Vándor kenyér Paradicsom</p> <p>energia (Joule): 1301.3000 kJ; energia (kalória): 310.8110 kcal; zsír: 14.8600 g; szénhidrát: 31.1000 g; só: 0.9000 g; telített zsírsav: 0.1200 g; fehérje (össz): 12.6800 gAllergén: glutén,tej</p>	<p>Gyümölcspüré Kifli</p> <p>energia (Joule): 688.7400 kJ; energia (kalória): 164.5030 kcal; zsír: 0.7940 g; szénhidrát: 34.9400 g; só: 0.6620 g; kalcium: 8.8200 mg; fehérje (össz): 4.4480 gAllergén: glutén</p>	

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

E: Energia tartalom, F: Fehérje tartalom, Zs: Zsír tartalom/ Telített zsír, Sz: Szénhidrát tartalom, Allergén: Allergizáló összetevők, S: Só tartalom, Cukor: Hozzáadott cukor tartalom
Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP
2026. Június 29-től Július 05-ig

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT
<p>TÍZÓRAI</p> 	<p style="text-align: center;">Tea Virsli Kenyér</p> <p>energia (Joule): 1143.3450 kJ; energia (kalória): 273.0840 kcal; zsír: 8.6150 g; szénhidrát: 36.5180 g; cukor: 3.6440 g; só: 2.2150 g; kalcium: 26.4500 mg; koleszterin: 28.8000 mg; fehérje (össz): 10.6710 gAllergén: glutén,</p>		<p style="text-align: center;">Tea Sajtos pereg</p> <p>energia (Joule): 55.3850 kJ; energia (kalória): 13.2290 kcal; zsír: 0.0950 g; szénhidrát: 2.6580 g; cukor: 2.6440 g; kalcium: 5.4500 mg; fehérje (össz): 0.4810 gAllergén: tej,glutén,tojás</p>	<p style="text-align: center;">Tejeskávé Kifli</p> <p>energia (Joule): 805.6760 kJ; energia (kalória): 192.4320 kcal; zsír: 2.1020 g; zsírsav: 0.0060 g; szénhidrát: 34.6780 g; cukor: 4.1960 g; só: 0.6620 g; kalcium: 150.4450 mg; fehérje (össz): 8.0400 g; tejkalcium: 141.6000 mgAllergén:tej,glutén</p>	<p style="text-align: center;">Tej Fonottka</p> <p>energia (Joule): 1067.5000 kJ; energia (kalória): 254.9680 kcal; zsír: 4.1000 g; szénhidrát: 41.1000 g; cukor: 0.6000 g; só: 0.7500 g; kalcium: 236.0000 mg; telített zsírsav: 0.2500 g; fehérje (össz): 11.8000 g; tejkalcium: 236.0000 mgAllergén: glutén, tej</p>	
<p>EBÉD</p> 	<p style="text-align: center;">Lebbencsleves Sajtos tejfölös tészta</p> <p>energia (Joule): 2188.2860 kJ; energia (kalória): 522.6640 kcal; zsír: 23.2670 g; zsírsav: 12.1610 g; szénhidrát: 62.7960 g; cukor: 7.2880 g; só: 0.8440 g; kalcium: 130.5780 mg; fehérje (össz): 14.4050 g; tejkalcium: 123.3000 mgAllergén: glutén(L,M),zeller(L),tej(M),tojás(L,M)</p>	<p>Nevelés nélküli nap</p>	<p style="text-align: center;">Rizsleves Töltött paprika Főtt burgonya Kenyér</p> <p>energia (Joule): 2861.4200 kJ; energia (kalória): 683.4400 kcal; zsír: 14.8440 g; zsírsav: 0.6190 g; szénhidrát: 108.7370 g; cukor: 15.9450 g; só: 0.4960 g; kalcium: 50.7740 mg; fehérje (össz): 24.9760 gAllergén: glutén(M),tojás(M)</p>	<p style="text-align: center;">Sonkagombócleves Vadas sertésragu Makaróni tészta</p> <p>energia (Joule): 2285.1820 kJ; energia (kalória): 545.8070 kcal; zsír: 16.8390 g; zsírsav: 3.4380 g; szénhidrát: 72.0150 g; cukor: 5.9280 g; só: 1.1160 g; kalcium: 23.6080 mg; fehérje (össz): 24.5900 g; tejkalcium: 12.4800 mgAllergén: tej(M),zeller(L),glutén(L,M),tojás(L,M)</p>	<p style="text-align: center;">Brokkolikrémleves Halrudacska Burgonyapüré Csemege uborka</p> <p>energia (Joule): 2512.3510 kJ; energia (kalória): 600.0650 kcal; zsír: 35.5670 g; zsírsav: 0.1440 g; szénhidrát: 52.1720 g; cukor: 1.9460 g; só: 0.9560 g; kalcium: 115.0800 mg; fehérje (össz): 14.2110 g; tejkalcium: 38.8800 mgAllergén:glutén(L,M),tojás(L),tej(L,M)</p>	
<p>UZSONNA</p> 	<p style="text-align: center;">Füstöltsajt Vándor kenyér Paradicsom</p> <p>energia (Joule): 1011.2000 kJ; energia (kalória): 241.5220 kcal; zsír: 7.9600 g; szénhidrát: 32.6000 g; só: 1.5000 g; kalcium: 210.0000 mg; telített zsírsav: 0.1200 g; fehérje (össz): 9.3800 g; tejkalcium: 210.0000 mgAllergén:glutén,tej</p>		<p style="text-align: center;">Vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Uborka</p> <p>energia (Joule): 711.5600 kJ; energia (kalória): 169.9530 kcal; zsír: 4.2900 g; szénhidrát: 28.4100 g; só: 0.8120 g; kalcium: 26.8000 mg; fehérje (össz): 4.4720 g; tejkalcium: 1.3000 mgAllergén: glutén,tej,</p>	<p style="text-align: center;">Csemege szalámi Kenyér Paradicsom</p> <p>energia (Joule): 1203.8000 kJ; energia (kalória): 287.5240 kcal; zsír: 11.9200 g; szénhidrát: 32.4800 g; kalcium: 21.0000 mg; fehérje (össz): 12.0800 gAllergén:glutén</p>	<p style="text-align: center;">Müzliszelet Kifli</p> <p>energia (Joule): 479.6400 kJ; energia (kalória): 114.5600 kcal; zsír: 0.2940 g; szénhidrát: 23.9400 g; só: 0.6620 g; kalcium: 8.8200 mg; fehérje (össz): 3.9480 gAllergén:glutén,tej</p>	

E: Energia tartalom, F: Fehérje tartalom, Zs: Zsír tartalom/ Telített zsír, Szh: Szénhidrát tartalom, Allergén: Allergizáló összetevők, S: Só tartalom, Cukor: Hozzáadott cukor tartalom

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!