

ÉTLAP

2026. Augusztus 31-től Szeptember 04-ig

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT
TÍZÓRAI 	Kakaó Kifli 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 mg Allergén: tej, glutén	Tea Lapkasajt Zsemle energia (Joule): 724.5450 kJ; energia (kalória): 173.0560 kcal; zsír: 4.7270 g; szénhidrát: 25.1260 g; cukor: 2.6440 g; só: 1.0600 g; kalcium: 120.4500 mg; fehérje (össz): 6.9210 g; tejkalcium: 115.0000 mg Allergén: glutén,tej,csillagfűrt	Vaníliás tej Kifli 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 mg Allergén: glutén,tej	Tea Gépsonka Zsemle 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 g Allergén: glutén, csillagfűrt	Tej Delma Pur pur zsemle energia (Joule): 1217.8200 kJ; energia (kalória): 290.8710 kcal; zsír: 13.4960 g; zsírsav: 7.6170 g; szénhidrát: 25.7200 g; cukor: 1.3400 g; só: 0.8800 g; kalcium: 236.0000 mg; telített zsírsav: 0.3640 g; fehérje (össz): 13.5750 g; tejkalcium: 236.0000 mg Allergén: glutén,tej,olajos mag	
EBÉD 	Húsgaluska leves Burgonyás tészta Csemege uborka energia (Joule): 1183.3690 kJ; energia (kalória): 282.6430 kcal; zsír: 11.3690 g; zsírsav: 6.2000 g; szénhidrát: 35.9600 g; cukor: 7.9380 g; só: 1.0360 g; kalcium: 14.8300 mg; fehérje (össz): 7.9200 mg Allergén: glutén(L,M),zeller(L),tojás(L,M)	Zellerkrémleves Rizses hús Káposzta saláta energia (Joule): 1944.3620 kJ; energia (kalória): 464.4030 kcal; zsír: 12.6650 g; zsírsav: 2.8730 g; szénhidrát: 66.3360 g; cukor: 16.5290 g; só: 0.7740 g; kalcium: 165.9640 mg; fehérje (össz): 19.0820 g; tejkalcium: 9.9000 mg Allergén: tej(L),glutén(L)	Karfiolleves Spenótos csirkés tészta Őszibarack energia (Joule): 1840.4560 kJ; energia (kalória): 439.5860 kcal; zsír: 14.6770 g; zsírsav: 8.7530 g; szénhidrát: 52.2980 g; cukor: 10.8460 g; só: 0.9790 g; kalcium: 154.1140 mg; koleszterin: 35.7000 mg; fehérje (össz): 23.4560 g; tejkalcium: 88.8000 mg Allergén: tej(M),glutén(L,M),tojás(L,M)	Rántott leves Paprikás burgonya Kenyér Csemege uborka energia (Joule): 2173.2300 kJ; energia (kalória): 519.0680 kcal; zsír: 18.4350 g; zsírsav: 0.1280 g; szénhidrát: 69.6390 g; cukor: 0.9380 g; só: 3.1440 g; kalcium: 39.1380 mg; koleszterin: 30.2400 mg; fehérje (össz): 15.5740 g Allergén: glutén(L,M),zeller(L),	Lencseleves Kakaós kalács energia (Joule): 2159.5360 kJ; energia (kalória): 515.7960 kcal; zsír: 11.5430 g; zsírsav: 2.5550 g; szénhidrát: 85.2390 g; cukor: 25.6250 g; só: 0.1350 g; kalcium: 36.9580 mg; fehérje (össz): 17.2460 g; tejkalcium: 33.7200 mg Allergén: glutén(L,M),zeller(L),tojás(L,M),tej (M)	
UZSONNA 	Camping sajt Vándor kenyér energia (Joule): 743.7000 kJ; energia (kalória): 177.6300 kcal; zsír: 3.2100 g; szénhidrát: 30.1500 g; só: 1.0400 g; kalcium: 57.5000 mg; telített zsírsav: 0.1200 g; fehérje (össz): 6.1300 g; tejkalcium: 57.5000 mg Allergén: glutén,tej	Olasz felvágott Vándor kenyér Paprika energia (Joule): 1068.9000 kJ; energia (kalória): 255.3030 kcal; zsír: 9.9600 g; szénhidrát: 30.9900 g; só: 2.1600 g; telített zsírsav: 0.1200 g; fehérje (össz): 9.3900 g Allergén: glutén,	Körözött Vándor kenyér Lilahagyma energia (Joule): 933.0800 kJ; energia (kalória): 222.8630 kcal; zsír: 4.9300 g; zsírsav: 0.0130 g; szénhidrát: 32.2990 g; só: 0.9770 g; kalcium: 41.2740 mg; telített zsírsav: 0.1200 g; fehérje (össz): 11.7560 g; tejkalcium: 40.5000 mg Allergén: glutén,tej	Teavaj Vándor kenyér energia (Joule): 927.9000 kJ; energia (kalória): 221.6250 kcal; zsír: 8.7200 g; zsírsav: 7.0700 g; szénhidrát: 30.0500 g; cukor: 0.0500 g; só: 0.9030 g; kalcium: 1.3000 mg; telített zsírsav: 0.1200 g; koleszterin: 23.0000 mg; fehérje (össz): 5.0200 g Allergén: glutén,tej	Gyümölcsjoghurt Kifli energia (Joule): 957.3900 kJ; energia (kalória): 228.6690 kcal; zsír: 1.5440 g; szénhidrát: 45.1900 g; só: 0.6620 g; kalcium: 158.8200 mg; fehérje (össz): 7.6980 g; tejkalcium: 150.0000 mg Allergén: glutén,tej	

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. Szeptember 07-től Szeptember 11-ig

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT
TÍZÓRAI 	Tej Fonottka 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; tej(kalcium: 236.0000 mg Allergén: tej,glutén	Tea Bundáskenyér energia (Joule): 1799.8250 kJ; energia (kalória): 429.8820 kcal; zsír: 23.4050 g; zsírsav: 19.6100 g; szénhidrát: 42.9840 g; cukor: 2.8600 g; só: 1.9780 g; kalcium: 125.6900 mg; fehérje (össz): 13.5610 g; tejkalcium: 34.2000 mgAllergén: glutén tojás	Tej Méz Kenyér energia (Joule): 1199.4000 kJ; energia (kalória): 286.4710 kcal; zsír: 3.4800 g; szénhidrát: 50.0800 g; cukor: 8.1000 g; kalcium: 261.0000 mg; fehérje (össz): 11.8200 g; tejkalcium: 236.0000 mgAllergén:tej,glutén,méz	Tea Párizsi Kenyér Paradicsom energia (Joule): 1003.0850 kJ; energia (kalória): 239.5840 kcal; zsír: 6.0950 g; szénhidrát: 35.2980 g; cukor: 2.6440 g; só: 0.6080 g; kalcium: 26.4500 mg; fehérje (össz): 9.3310 gAllergén: glutén, csillagfűrt	Tea Vajkrém Kornspitz kifli Paprika energia (Joule): 889.5850 kJ; energia (kalória): 212.4740 kcal; zsír: 5.1350 g; szénhidrát: 32.2980 g; cukor: 2.6440 g; só: 1.1300 g; kalcium: 6.7500 mg; telített zsírsav: 0.1200 g; fehérje (össz): 7.0110 gAllergén: csillagfűrt,glutén	
EBÉD 	Sertésraguleves Grízes tészta Lekvár Alma energia (Joule): 2324.9260 kJ; energia (kalória): 555.3000 kcal; zsír: 11.9340 g; zsírsav: 0.0360 g; szénhidrát: 92.6050 g; cukor: 19.7330 g; só: 0.4680 g; kalcium: 4.1450 mg; fehérje (össz): 16.4010 gAllergén: glutén(L,M),tojás(L,M) zeller(L)	Burgonyaleves Tökfőzelék Sertés pörkölt Kenyér energia (Joule): 2465.4860 kJ; energia (kalória): 588.8710 kcal; zsír: 18.9510 g; zsírsav: 1.7160 g; szénhidrát: 76.1880 g; cukor: 1.7320 g; só: 0.6580 g; kalcium: 55.6540 mg; fehérje (össz): 25.0730 g; tejkalcium: 12.4800 mg Allergén: glurén(L,M),tej(M) zeller(L)	Zöldbableves Sajtmártásos csirkecomb Tészta energia (Joule): 2181.0860 kJ; energia (kalória): 520.9440 kcal; zsír: 15.0450 g; zsírsav: 2.8840 g; szénhidrát: 68.0840 g; cukor: 0.9640 g; só: 1.3500 g; kalcium: 162.3960 mg; koleszterin: 40.8000 mg; fehérje (össz): 25.9570 g; tejkalcium: 142.0200 mg Allergén: tej(M),glutén(L,M) zeller(L),tojás(L,M)	Zöldségleves Töltött paprika Főtt burgonya Kenyér energia (Joule): 2538.8230 kJ; energia (kalória): 606.3870 kcal; zsír: 14.9380 g; zsírsav: 0.5800 g; szénhidrát: 90.6830 g; cukor: 16.4310 g; só: 0.5060 g; kalcium: 43.5740 mg; fehérje (össz): 23.3850 gAllergén: glutén(L,M),tojás(L,M),zeller(L)	Bableves Piskóta kocka Csokoládésodó energia (Joule): 1881.2660 kJ; energia (kalória): 449.3330 kcal; zsír: 9.1590 g; zsírsav: 2.3420 g; szénhidrát: 72.5170 g; cukor: 19.6500 g; só: 0.2400 g; kalcium: 185.6260 mg; fehérje (össz): 17.9000 g; tejkalcium: 177.0000 mgAllergén :glutén(L,M) tej(M)tojás(L,M) zeller(L)	
UZSONNA 	Pizzás kifli 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: gluén, tej,tojás	Almalé Mamma mia kifli energia (Joule): 1270.8000 kJ; energia (kalória): 303.5260 kcal; zsír: 7.3000 g; szénhidrát: 49.2000 g; cukor: 1.0200 g; só: 1.1400 g; telített zsírsav: 0.9000 g; fehérje (össz): 8.0000 gAllergén:glutén	Kenőmájas Vándor kenyér Paprika energia (Joule): 781.1000 kJ; energia (kalória): 186.5630 kcal; zsír: 3.4900 g; zsírsav: 2.4950 g; szénhidrát: 30.9300 g; só: 1.1750 g; telített zsírsav: 0.1200 g; koleszterin: 22.4000 mg; fehérje (össz): 6.8700 gAllergén: glutén	Tojáskrém Pur pur zsemle energia (Joule): 934.9680 kJ; energia (kalória): 223.3130 kcal; zsír: 12.2410 g; zsírsav: 4.7580 g; szénhidrát: 15.9500 g; cukor: 1.4460 g; só: 0.9570 g; kalcium: 10.0260 mg; telített zsírsav: 0.3640 g; fehérje (össz): 10.3550 gAllergén: glutén,tojás,tej,mustár	Kockasajt Fonottka energia (Joule): 945.9000 kJ; energia (kalória): 225.9250 kcal; zsír: 7.4200 g; zsírsav: 5.6880 g; szénhidrát: 30.9200 g; cukor: 1.0200 g; só: 1.3100 g; kalcium: 100.0000 mg; telített zsírsav: 0.2500 g; fehérje (össz): 8.1200 g; tejkalcium: 100.0000 mgAllergén: glutén,olajos magok,tej	

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

ÉTLAP

2026. Szeptember 14-től Szeptember 18-ig

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT
TÍZÓRAI 	Tej Kalács energia (Joule): 1221.6000 kJ; energia (kalória): 291.7740 kcal; zsír: 7.6200 g; szénhidrát: 39.8800 g; kalcium: 284.0000 mg; fehérje (össz): 13.5800 g; tejkalcium: 236.0000 mgAllergén:tejj, glutén,tojás	Tea Turista szalámi energia (Joule): 1069.2450 kJ; energia (kalória): 255.3860 kcal; zsír: 13.2270 g; zsírsav: 10.8630 g; szénhidrát: 24.0160 g; cukor: 2.6440 g; só: 1.9390 g; kalcium: 5.4500 mg; fehérje (össz): 9.3710 gAllergén: glutén	Tejbedara Kakaó szórát 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 mg allergén:tejj,glutén	Tea Csemege szalámi Zsemle 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	Kakaó Kifli 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: tejj,glutén	
EBÉD 	Tojásleves Túrós tészta Gyümölcs energia (Joule): 1828.0720 kJ; energia (kalória): 436.6280 kcal; zsír: 13.8390 g; zsírsav: 2.6380 g; szénhidrát: 60.2050 g; cukor: 13.0660 g; só: 0.4890 g; kalcium: 44.6260 mg; fehérje (össz): 16.4380 g; tejkalcium: 40.4800 mgAllergén:tojás(L,M)tejj(M)glutén(L,M)	Karalábéleves Hagymás rostélyos Tört burgonya Csemege uborka energia (Joule): 2716.4810 kJ; energia (kalória): 648.8200 kcal; zsír: 31.2810 g; zsírsav: 21.3270 g; szénhidrát: 61.3660 g; cukor: 5.7420 g; só: 1.9120 g; kalcium: 77.2800 mg; fehérje (össz): 28.6240 g Allergén:glutén(L),tojás(L),zeller(L)	Daragaluska leves Zöldborsó főzelék Fasírt Kenyér energia (Joule): 2332.1300 kJ; energia (kalória): 557.0220 kcal; zsír: 15.1880 g; zsírsav: 0.6720 g; szénhidrát: 72.5710 g; cukor: 1.4150 g; só: 0.4560 g; kalcium: 34.7800 mg; fehérje (össz): 29.6510 gAllergén:glutén (L,M),zeller(L)tojás(L,M)	Paradicsomleves Zöldséges csirkerizottó Alma 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: tejj(M)glutén(L)	Felesborsó leves Sajtos pogácsa energia (Joule): 2720.3000 kJ; energia (kalória): 649.7330 kcal; zsír: 34.8610 g; zsírsav: 8.4060 g; szénhidrát: 61.8360 g; cukor: 1.7790 g; só: 0.7050 g; kalcium: 132.7420 mg; fehérje (össz): 20.9470 g; tejkalcium: 126.9000 mgAllergén:tejj(M)glutén(L,M)tojás(L,M)	
UZSONNA 	Vajkrém Vándor kenyér energia (Joule): 781.4000 kJ; energia (kalória): 186.6340 kcal; zsír: 4.6200 g; szénhidrát: 30.5400 g; só: 1.0100 g; kalcium: 1.3000 mg; telített zsírsav: 0.1200 g; fehérje (össz): 5.2100 g Allergén: gltuén, tej	Trappista sajt Vándor kenyér Uborka energia (Joule): 1044.5000 kJ; energia (kalória): 249.4750 kcal; zsír: 8.5400 g; zsírsav: 7.7490 g; szénhidrát: 30.8200 g; cukor: 0.4800 g; só: 1.6280 g; kalcium: 175.5000 mg; telített zsírsav: 0.1200 g; fehérje (össz): 12.6800 g; tejkalcium: 172.5000 mg Allergén: tejj,glutén	Teavaj Vándor kenyér Paprika energia (Joule): 953.1000 kJ; energia (kalória): 227.6440 kcal; zsír: 8.7200 g; zsírsav: 7.0700 g; szénhidrát: 30.9500 g; cukor: 0.0500 g; só: 0.9030 g; kalcium: 1.3000 mg; telített zsírsav: 0.1200 g; koleszterin: 23.0000 mg; fehérje (össz): 5.3200 g; tejkalcium: 1.3000 mgAllergén:tejj,gluén	Tonhalkrém Vándor kenyér 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:hal,tejj,tojás,mustár,glutén	Túró rudi Mamma mia kifli energia (Joule): 1502.0000 kJ; energia (kalória): 358.7470 kcal; zsír: 14.4800 g; szénhidrát: 41.2000 g; cukor: 1.0200 g; só: 1.1400 g; kalcium: 28.0000 mg; telített zsírsav: 0.9000 g; fehérje (össz): 13.6000 g; tejkalcium: 28.0000 mgAllergén:tejj,glutén,olajos mag	

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

ÉTLAP

2026. Szeptember 21-től Szeptember 25-ig

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT
TÍZÓRAI 	Vaníliastej Fonottka energia (Joule): 988.5880 kJ; energia (kalória): 236.1210 kcal; zsír: 2.9000 g; szénhidrát: 42.1600 g; cukor: 5.3950 g; só: 0.7500 g; kalcium: 141.6290 mg; telített zsírsav: 0.2500 g; fehérje (össz): 9.0820 g; tejkalcium: 141.6000 mg Allergén:tej,glutén	Tea Zala felvágott Kifli energia (Joule): 842.2250 kJ; energia (kalória): 201.1620 kcal; zsír: 6.3590 g; zsírsav: 5.6700 g; szénhidrát: 26.7780 g; cukor: 2.6440 g; só: 1.4120 g; kalcium: 14.2700 mg; fehérje (össz): 9.1090 g Allergén:glutén	Tej Lekvár Zsemle energia (Joule): 988.9600 kJ; energia (kalória): 236.2090 kcal; zsír: 3.8320 g; szénhidrát: 38.3180 g; cukor: 1.0200 g; só: 0.7850 g; kalcium: 236.0000 mg; fehérje (össz): 10.4800 g; tejkalcium: 236.0000 mg Allergén:tej,glutén	Tea Camping sajt Zsemle Paprika energia (Joule): 674.5450 kJ; energia (kalória): 161.1130 kcal; zsír: 3.5670 g; szénhidrát: 24.9960 g; cukor: 2.6440 g; só: 0.7800 g; kalcium: 62.9500 mg; fehérje (össz): 6.0710 g; tejkalcium: 57.5000 mg Allergén: glutén, tej	Tejeskávé Kornspitz kifli energia (Joule): 977.6360 kJ; energia (kalória): 233.5040 kcal; zsír: 2.9480 g; zsírsav: 0.0060 g; szénhidrát: 38.9380 g; cukor: 4.1960 g; só: 1.0200 g; kalcium: 141.6250 mg; telített zsírsav: 0.1200 g; fehérje (össz): 10.0920 g; tejkalcium: 141.6000 mg Allergén:tej,glutén,olajosmag	
EBÉD 	Gombaleves Tarhonyás hús Vegyes saláta energia (Joule): 2076.1950 kJ; energia (kalória): 495.8920 kcal; zsír: 15.6270 g; zsírsav: 5.6450 g; szénhidrát: 64.6760 g; cukor: 14.7850 g; só: 1.1550 g; kalcium: 95.4870 mg; fehérje (össz): 23.2370 g Allergén:tojás(L,M) glutén(L,M)	Sertésragu leves Parajfőzelék Főtt tojás, Főtt burgonya Kenyér energia (Joule): 1858.6580 kJ; energia (kalória): 443.9310 kcal; zsír: 12.7900 g; zsírsav: 0.1540 g; szénhidrát: 61.4590 g; cukor: 3.7250 g; só: 0.3870 g; kalcium: 191.1500 mg; fehérje (össz): 17.3630 g; tejkalcium: 35.4000 mg Allergén glutén(L,M) tej(M) tojás(L,M)	Burgonyaleves Rakott kel energia (Joule): 1695.2770 kJ; energia (kalória): 404.9090 kcal; zsír: 8.7700 g; zsírsav: 0.4930 g; szénhidrát: 57.5040 g; cukor: 7.9530 g; só: 0.4460 g; kalcium: 88.7980 mg; fehérje (össz): 22.0680 mg; tejkalcium: 1.9800 mg Allergén: Gluén(L) tej(M) zeller(L) tojás(L)	Csontleves Rántotthús Rizibizi Desszert energia (Joule): 2839.0500 kJ; energia (kalória): 678.0950 kcal; zsír: 32.7650 g; zsírsav: 1.4980 g; szénhidrát: 66.3870 g; cukor: 4.0400 g; só: 0.3370 g; kalcium: 21.2910 mg; fehérje (össz): 25.0490 g Allergén:glutén(L,M) tej(D)tojás(L,M)zeller(L)	Kertészleves Lekváros bukta energia (Joule): 1420.3800 kJ; energia (kalória): 339.2530 kcal; zsír: 7.5460 g; zsírsav: 2.8170 g; szénhidrát: 57.3860 g; cukor: 9.1390 g; só: 0.1930 g; kalcium: 31.2580 mg; fehérje (össz): 9.9260 g; tejkalcium: 28.3200 mg Allergén:tej(M)tojás(L,M)glutén(L,M)zeller(L)	
UZSONNA 	Gépsonka Vándor kenyér energia (Joule): 820.4400 kJ; energia (kalória): 195.9590 kcal; zsír: 2.8500 g; zsírsav: 1.9170 g; szénhidrát: 30.1200 g; só: 1.2340 g; telített zsírsav: 0.1200 g; koleszterin: 21.0000 mg; fehérje (össz): 11.7600 g Allergén:glutén	Édes túró Vándor kenyér energia (Joule): 997.7750 kJ; energia (kalória): 238.3150 kcal; zsír: 4.3200 g; zsírsav: 1.5230 g; szénhidrát: 39.9440 g; cukor: 8.6910 g; só: 0.9190 g; kalcium: 29.3230 mg; telített zsírsav: 0.1200 g; fehérje (össz): 9.1850 g; tejkalcium: 29.2800 mg Allergén:glutén,tej	Lapkasajt Vándor kenyér Uborka energia (Joule): 743.7000 kJ; energia (kalória): 177.6300 kcal; zsír: 2.6500 g; szénhidrát: 31.1100 g; só: 1.0400 g; kalcium: 62.0000 mg; telített zsírsav: 0.1200 g; fehérje (össz): 6.6800 g; tejkalcium: 57.5000 mg Allergén: glutén,tej	Paprikás felvágott Vándor kenyér Uborka energia (Joule): 1280.7000 kJ; energia (kalória): 305.8900 kcal; zsír: 13.5600 g; szénhidrát: 31.2900 g; só: 0.9000 g; telített zsírsav: 0.1200 g; koleszterin: 45.0000 mg; fehérje (össz): 12.6300 g Allergén:glutén	Sajtos kifli Alma energia (Joule): 773.7200 kJ; energia (kalória): 184.8000 kcal; zsír: 3.6760 g; szénhidrát: 30.5200 g; cukor: 7.4620 g; só: 0.6720 g; telített zsírsav: 1.3020 g; fehérje (össz): 6.7000 g Allergén:tej,tojás,glutén	

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. Szeptember 28-tól Október 02-ig

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT
TÍZÓRAI 	Tea Delma Vándor kenyér energia (Joule): 982.6850 kJ; energia (kalória): 234.7110 kcal; zsír: 8.8150 g; zsírsav: 7.6170 g; szénhidrát: 32.6980 g; cukor: 2.6840 g; só: 1.0000 g; kalcium: 5.4500 mg; telített zsírsav: 0.1200 g; fehérje (össz): 5.4760 g Allergén: glutén	Tejeskávé Fonottka energia (Joule): 973.5360 kJ; energia (kalória): 232.5250 kcal; zsír: 2.9080 g; zsírsav: 0.0060 g; szénhidrát: 41.2380 g; cukor: 4.7960 g; só: 0.7500 g; kalcium: 141.6250 mg; telített zsírsav: 0.2500 g; fehérje (össz): 9.0920 g; tejkalcium: 141.6000 mg Allergén:tej,glutén	Tea Teavaj Kifli 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 Allergén: tej, glutén	Tej Lekvár Kenyér energia (Joule): 1172.4000 kJ; energia (kalória): 280.0220 kcal; zsír: 3.4800 g; szénhidrát: 48.4300 g; cukor: 1.0200 g; só: 0.0050 g; kalcium: 257.0000 mg; fehérje (össz): 11.8200 g; tejkalcium: 236.0000 mg Allergén: glutén,tej	Tea Sajtkrém Vándor kenyér Paprika energia (Joule): 818.3850 kJ; energia (kalória): 195.4690 kcal; zsír: 2.9650 g; szénhidrát: 34.3080 g; cukor: 2.6440 g; só: 1.0700 g; kalcium: 58.9500 mg; telített zsírsav: 0.1200 g; fehérje (össz): 7.0210 g; tejkalcium: 53.5000 mg Allergén: Gluén,tej	
EBÉD 	Gyümölcsleves Zöldborsós sertésragu Bulgar Alma energia (Joule): 2222.7040 kJ; energia (kalória): 530.8840 kcal; zsír: 13.2830 g; zsírsav: 0.5120 g; szénhidrát: 82.5780 g; cukor: 18.0600 g; só: 0.3630 g; kalcium: 9.2650 mg; fehérje (össz): 21.3110 g Allergén: gltén(M)	Reszelt tésztaleves Paradicsomos káposzta Sülthús Kenyér energia (Joule): 2521.4100 kJ; energia (kalória): 602.2300 kcal; zsír: 19.3100 g; zsírsav: 0.2790 g; szénhidrát: 76.6140 g; cukor: 26.6110 g; só: 0.4130 g; kalcium: 291.0600 mg; koleszterin: 9.4560 mg; fehérje (össz): 27.1760 g Allergén:gluén(L,M),tojás(L),zeller(L)	Rizsleves Vadas sertésragu Makaróni tészta energia (Joule): 2491.2720 kJ; energia (kalória): 595.0310 kcal; zsír: 19.5250 g; zsírsav: 3.2190 g; szénhidrát: 77.6250 g; cukor: 6.6420 g; só: 1.1160 g; kalcium: 22.7580 mg; fehérje (össz): 24.7660 g; tejkalcium: 12.4800 mg Allergén:glutén(M)tojás(M)zeller(L)tej(M)	Sertés raguleves Rakott burgonya Cékla saláta energia (Joule): 1898.1950 kJ; energia (kalória): 453.3760 kcal; zsír: 17.2770 g; zsírsav: 3.4710 g; szénhidrát: 52.2870 g; cukor: 6.3400 g; só: 0.9440 g; kalcium: 44.2230 mg; fehérje (össz): 19.4290 g; tejkalcium: 1.9800 mg Allergén: Glutén(L,M)tojás(L,M) zeller(L)	Fejtettbableves Mákos guba Vanília öntet energia (Joule): 2461.4040 kJ; energia (kalória): 587.8950 kcal; zsír: 12.6920 g; zsírsav: 5.4830 g; szénhidrát: 95.3310 g; cukor: 20.7050 g; só: 0.9930 g; kalcium: 443.6210 mg; fehérje (össz): 21.3260 g; tejkalcium: 212.4000 mg Allergén:tojás(L),tej(M)glutén(L,M)	
UZSONNA 	Olasz felvágott Zsemle energia (Joule): 878.8600 kJ; energia (kalória): 209.9130 kcal; zsír: 10.0720 g; szénhidrát: 21.3580 g; só: 2.0400 g; fehérje (össz): 7.7500 g Allergén:glutén	Párizsi Vándor kenyér energia (Joule): 900.0000 kJ; energia (kalória): 214.9610 kcal; zsír: 6.1800 g; szénhidrát: 30.0600 g; só: 1.5080 g; telített zsírsav: 0.1200 g; fehérje (össz): 8.5500 g Allergén:glutén	Májkrém Vándor kenyér Paradicsom energia (Joule): 829.0000 kJ; energia (kalória): 198.0040 kcal; zsír: 4.1600 g; szénhidrát: 31.2000 g; só: 0.9000 g; telített zsírsav: 0.1200 g; fehérje (össz): 7.8400 g Allergén: gluén	Paprikás felvágott Pur pur zsemle Uborka energia (Joule): 1063.9200 kJ; energia (kalória): 254.1130 kcal; zsír: 14.8260 g; zsírsav: 10.8630 g; szénhidrát: 15.6800 g; cukor: 1.3000 g; só: 1.9390 g; kalcium: 4.5000 mg; telített zsírsav: 0.3640 g; fehérje (össz): 12.3100 g Allergén: gluén, olajosmag	Gyümölcsle Kifli 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 g Allergén:gluén,tej	

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!

