

ALAP DIÉTÁK

ÉTLAP

2025. október 6 - 2025. október 10

Étkezés	2025.10.06 Hétfő	2025.10.07 Kedd	2025.10.08 Szerda	2025.10.09 Csütörtök	2025.10.10 Péntek
Tízórai	Epres tej ⁷ E: 105kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 2g, Feh.: 7g, CH: 12g, Cuk: 2g, Só: 0,3g Margarin E: 36kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Fatörzs kifli ^{1,3,7} E: 200kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 38g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Gyümölcs tea E: 29kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 7g, Só: 0,0g Húskrém ⁷ E: 179kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 2g, Feh.: 11g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Telj. kiörlésű kenyér ¹ E: 237kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 9g, CH: 47g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zöldség E: 11kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Tej 1.5% ⁷ E: 97kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 2g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,3g Meggyes párna ^{1,3,6,7} E: 230kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 4g, Feh.: 4g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Gyümölcs tea E: 29kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 7g, Só: 0,0g Főtt tojás kísékezés ³ E: 50kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Margarin E: 36kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zsemle ¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Gyümölcs tea E: 29kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 7g, Só: 0,0g Félbarna kenyér ¹ E: 259kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 10g, CH: 52g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Főtt virsli E: 151kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 5g, Feh.: 8g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g Ketchup E: 54kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 12g, Cuk: 7g, Só: 1,1g
Ebéd	Lebbensleves ^{1,9} E: 146kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Csikós tokány, Párolt rizs ^{1,7} E: 795kcal, Zsír: 30g, T.zsír: 5g, Feh.: 32g, CH: 94g, Cuk: 0g, Só: 0,3g Gyümölcs E: 52kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Húsgombóc leves ^{1,3} E: 243kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 6g, Feh.: 8g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 1,4g Tészta köret , Reszelt sajt, Tejföl öntet ^{1,7} E: 608kcal, Zsír: 18g, T.zsír: 7g, Feh.: 22g, CH: 90g, Cuk: 0g, Só: 0,4g	Zöldséges lencseleves E: 318kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 19g, CH: 42g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Félbarna kenyér ¹ E: 259kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 10g, CH: 52g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Kelkáposztafőzelék, Sült debreceni ¹ E: 556kcal, Zsír: 33g, T.zsír: 10g, Feh.: 24g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 2,8g	Köménymaglevés, Pirított zsemlekocka ¹ E: 119kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 2g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,2g Rántott tengeri halfilé sütőben sültve, Burgonyapüré, Mongol saláta ^{1,3,4,7,10} E: 460kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 3g, Feh.: 22g, CH: 49g, Cuk: 0g, Só: 1,9g	100%-os rostos gyümölcslé E: 251kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Tarhonyás hús ¹ E: 710kcal, Zsír: 24g, T.zsír: 1g, Feh.: 50g, CH: 71g, Cuk: 0g, Só: 0,8g Kovászos uborka ¹ E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 2,4g
Uzsonna	Telj.kiörlésű zsemle ¹ E: 159kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Margarin E: 36kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Diákcsemege E: 111kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 8g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Kakaós csiga ^{1,3,7} E: 155kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Margarin E: 36kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Telj. kiörlésű kenyér ¹ E: 237kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 9g, CH: 47g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Bécsi felvágott E: 98kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 3g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Zöldség E: 11kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Csirkemell sonka E: 63kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Margarin E: 36kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Bajor rozskenyér tk. ¹ E: 154kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,7g Zöldség E: 11kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Sajtkrém ⁷ E: 151kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 9g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Rozsos zsemle ¹ E: 295kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 10g, CH: 60g, Cuk: 0g, Só: 3,8g Zöldség E: 11kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g

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. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

ÉTLAP

2025. október 6 - 2025. október 10

Tejfehérje mentes

Étkezés	2025.10.06 Hétfő	2025.10.07 Kedd	2025.10.08 Szerda	2025.10.09 Csütörtök	2025.10.10 Péntek
Tízórai	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g Félbarna kenyér¹ E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Miniméz E: 61kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g Telj. kiőrlésű kenyér¹ E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Vöröslencse szendvicskrém GM, TM E: 97kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g Padlizsánkrém E: 185kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 4g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Zsemle¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g Főtt tojás kísétkezés³ E: 50kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zsemle¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g Félbarna kenyér¹ E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Főtt virsli E: 151kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 5g, Feh.: 8g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g Ketchup E: 54kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 12g, Cuk: 7g, Só: 1,1g
Ebéd	Lebbencsleves^{1,9} E: 129kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Sertéspörkölt , Zöldbabfőzelék TM¹ E: 378kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 1g, Feh.: 21g, CH: 29g, Cuk: 3g, Só: 0,6g	Húsleves⁹ E: 102kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 10g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Húsos-zöldséges tészta csirkés¹ E: 417kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 28g, CH: 58g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	Zöldséges lencseleves E: 282kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 17g, CH: 37g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Tökfőzelék TM, Sült virsli¹ E: 327kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 7g, Feh.: 14g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 1,6g	Köménymaglevés, Pirított zsemlekocka¹ E: 114kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 2g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 0,2g Zöldfűszeres párolt halfilé, Petrezselymes burgonya, Mongol saláta^{4,10} E: 476kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 2g, Feh.: 25g, CH: 62g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	Vaníliás almaleves TM E: 167kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 40g, Cuk: 19g, Só: 0,4g Tarhonyás hús¹ E: 638kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 1g, Feh.: 44g, CH: 63g, Cuk: 0g, Só: 0,7g Kovászos uborka¹ E: 8kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 2,1g
Uzsonna	Telj.kiőrlésű zsemle¹ E: 143kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Diákcsemege E: 100kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Zsemle¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Gépsonka E: 63kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Telj. kiőrlésű kenyér¹ E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Bécsi felvágott E: 98kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 3g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Csirkemell sonka E: 63kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Telj. kiőrlésű kenyér¹ E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Telj.kiőrlésű zsemle¹ E: 143kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Tavaszi baromfi felvágott E: 73kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,7g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g

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. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

ÉTLAP

2025. október 6 - 2025. október 10

Tejfehérje, tojás mentes

Étkezés	2025.10.06 Hétfő	2025.10.07 Kedd	2025.10.08 Szerda	2025.10.09 Csütörtök	2025.10.10 Péntek
Tízórai	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g Félbarna kenyér¹ E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Miniméz E: 61kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g Telj. kiőrlésű kenyér¹ E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Vöröslencse szendvicskrém GM, TM E: 97kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g Padlizsánkrém E: 185kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 4g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Zsemle¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g Zsemle¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Zala felvágott E: 98kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 3g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g Félbarna kenyér¹ E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Főtt virsli E: 151kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 5g, Feh.: 8g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g Ketchup E: 54kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 12g, Cuk: 7g, Só: 1,1g
Ebéd	Lebbencsleves^{1,9} E: 129kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Sertéspörkölt , Zöldbabfőzelék TM¹ E: 378kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 1g, Feh.: 21g, CH: 29g, Cuk: 3g, Só: 0,6g	Húsleves⁹ E: 102kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 10g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Húsos-zöldséges tészta csirkés¹ E: 417kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 28g, CH: 58g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	Zöldséges lencseleves E: 282kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 17g, CH: 37g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Tökfőzelék TM, Sült virsli¹ E: 327kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 7g, Feh.: 14g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 1,6g	Köménymaglevés, Pírtott zsemlekocka¹ E: 114kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 2g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 0,2g Zöldfűszeres párolt halfilé, Petrezselymes burgonya, Mongol saláta^{4,10} E: 476kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 2g, Feh.: 25g, CH: 62g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	Vaníliás almaleves TM E: 167kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 40g, Cuk: 19g, Só: 0,4g Tarhonyás hús¹ E: 638kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 1g, Feh.: 44g, CH: 63g, Cuk: 0g, Só: 0,7g Kovászos uborka¹ E: 8kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 2,1g
Uzsonna	Telj.kiőrlésű zsemle¹ E: 143kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Diákcsemege E: 100kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Zsemle¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Gépsonka E: 63kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Telj. kiőrlésű kenyér¹ E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Bécsi felvágott E: 98kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 3g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Csirkemell sonka E: 63kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Telj. kiőrlésű kenyér¹ E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Telj.kiőrlésű zsemle¹ E: 143kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Tavaszi baromfi felvágott E: 73kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,7g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g

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. Csillagfűrt

GLUTÉNMENTES

ÉTLAP

2025. október 6 - 2025. október 10

Étkezés	2025.10.06 Hétfő	2025.10.07 Kedd	2025.10.08 Szerda	2025.10.09 Csütörtök	2025.10.10 Péntek
Tízórai	Tej⁷ E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g	Tej⁷ E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g
	Miniméz E: 61kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Borzas sajtkrém⁷ E: 151kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 9g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Padlizsánkrém E: 185kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 4g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Főtt tojás kísétkezés³ E: 50kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Gluténmentes kenyér E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g
	Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Gluténmentes kenyér E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	Gluténmentes kenyér E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Főtt virsli E: 151kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 5g, Feh.: 8g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g
	Gluténmentes kenyér E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g			Gluténmentes kenyér E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	Ketchup E: 54kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 12g, Cuk: 7g, Só: 1,1g
Ebéd	Lebbencsleves GM⁹ E: 201kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 2g, Feh.: 3g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Húsleves GM⁹ E: 102kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 10g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	Zöldséges lencseleves E: 282kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 17g, CH: 37g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Köménymagleves GM, Figurás kukorica pehely E: 199kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,4g	Vaníliás almaleves GM⁷ E: 448kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 2g, Feh.: 3g, CH: 85g, Cuk: 57g, Só: 0,1g
	Zöldbabfőzelék GM, Sertéspörkölt GM⁷ E: 391kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 2g, Feh.: 27g, CH: 39g, Cuk: 3g, Só: 1,3g	Húsos-zöldséges tészta GM E: 432kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 1g, Feh.: 23g, CH: 65g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	Tökfőzelék GM, Sült virsli⁷ E: 464kcal, Zsír: 25g, T.zsír: 9g, Feh.: 19g, CH: 39g, Cuk: 10g, Só: 1,8g	Zöldfűszeres párolt halfilé, Petrezselymes burgonya, Mongol saláta^{4,10} E: 476kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 2g, Feh.: 25g, CH: 62g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	Tarhonyás hús GM E: 507kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 1g, Feh.: 22g, CH: 65g, Cuk: 0g, Só: 0,7g
					Cékla saláta E: 44kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 10g, Cuk: 0g, Só: 0,9g
Uzsonna	Diákcsemege E: 100kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Gluténmentes kenyér E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	Bécsi felvágott E: 98kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 3g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Csirkemell sonka E: 63kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g	Sajtkrém⁷ E: 113kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 7g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,4g
	Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Gépsonka E: 63kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g	Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Gluténmentes kenyér E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g
	Gluténmentes kenyér E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Gluténmentes kenyér E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	Gluténmentes kenyér E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g
		Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	

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. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket.

ÉTLAP

2025. október 6 - 2025. október 10

Glutén, tejfehérje mentes

Étkezés	2025.10.06 Hétfő	2025.10.07 Kedd	2025.10.08 Szerda	2025.10.09 Csütörtök	2025.10.10 Péntek
Tízórai	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g Miniméz E: 61kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Gluténmentes kenyér E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g Vöröslencse szendvicskrém GM, TM E: 97kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,3g Gluténmentes kenyér E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g Padlizsánkrém E: 185kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 4g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Gluténmentes kenyér E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g Főtt tojás kísétkezés³ E: 50kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Gluténmentes kenyér E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g Gluténmentes kenyér E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g Főtt virsli E: 151kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 5g, Feh.: 8g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g Ketchup E: 54kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 12g, Cuk: 7g, Só: 1,1g
Ebéd	Lebbencsleves GM⁹ E: 201kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 2g, Feh.: 3g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Zöldbabfőzelék , Sertéspörkölt GM E: 415kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 1g, Feh.: 23g, CH: 36g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Húsleves GM⁹ E: 102kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 10g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Húsos-zöldséges tészta GM E: 432kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 1g, Feh.: 23g, CH: 65g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	Zöldséges lencseleves E: 282kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 17g, CH: 37g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Tököfőzelék káposzta GMTM, Sült virsli E: 769kcal, Zsír: 35g, T.zsír: 8g, Feh.: 17g, CH: 96g, Cuk: 36g, Só: 2,2g	Köménymaglevés GM, Figurás kukorica pehely E: 199kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Zöldfűszeres párolt halfilé, Petrezselymes burgonya, Mongol saláta^{4,10} E: 476kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 2g, Feh.: 25g, CH: 62g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	Vaníliás almaleves GM, TM E: 176kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 42g, Cuk: 21g, Só: 0,5g Tarhonyás hús GM E: 507kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 1g, Feh.: 22g, CH: 65g, Cuk: 0g, Só: 0,7g Cékla saláta E: 44kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 10g, Cuk: 0g, Só: 0,9g
Uzsonna	Diákcsemege E: 100kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Gluténmentes kenyér E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	Gluténmentes kenyér E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g Gépsonka E: 63kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Bécsi felvágott E: 98kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 3g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Gluténmentes kenyér E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Csirkemell sonka E: 63kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Gluténmentes kenyér E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Gluténmentes kenyér E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g Tavaszi baromfi felvágott E: 73kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,7g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g

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. Csillagfűrt

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket.
A változás jogát fenntartjuk!

Vegetariánus

ÉTLAP

2025. október 6 - 2025. október 10

Étkezés	2025.10.06 Hétfő	2025.10.07 Kedd	2025.10.08 Szerda	2025.10.09 Csütörtök	2025.10.10 Péntek
Tízórai	Tej ⁷ E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g	Tej ⁷ E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g
	Miniméz E: 61kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Borzas sajtkrém ⁷ E: 151kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 9g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Padlizsánkrém E: 185kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 4g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Félbarna kenyér ¹ E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g
	Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Telj. kiőrlésű kenyér ¹ E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Zsemle ¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Főtt tojás kísétkezés ³ E: 50kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g
	Félbarna kenyér ¹ E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g			Zsemle ¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Mini lekvár E: 72kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 18g, Cuk: 16g, Só: 0,0g
Ebéd	Lebbencsleves Epés-Vega ^{1,9} E: 173kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Zöldséragu leves ⁹ E: 84kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 8g, Cuk: 0g, Só: 2,7g	Zöldséges lencseleves E: 282kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 17g, CH: 37g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Köménymagleves, Pirított zsemlekocka ¹ E: 114kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 2g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Vaníliás almaleves ⁷ E: 448kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 2g, Feh.: 3g, CH: 85g, Cuk: 57g, Só: 0,1g
	Falafel golyók, Zöldbabfőzelék ^{1,3,7} E: 582kcal, Zsír: 35g, T.zsír: 5g, Feh.: 18g, CH: 49g, Cuk: 3g, Só: 0,7g	Szójás-zöldséges tészta ^{1,6} E: 564kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 1g, Feh.: 43g, CH: 77g, Cuk: 0g, Só: 0,7g	Tökfőzelék, Rántott sajt sütőben sütvé ^{1,3,7} E: 470kcal, Zsír: 29g, T.zsír: 13g, Feh.: 19g, CH: 32g, Cuk: 8g, Só: 1,5g	Rántott gomba, Petrezselymes burgonya, Mongol saláta ^{1,3,10} E: 574kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 3g, Feh.: 19g, CH: 79g, Cuk: 0g, Só: 1,3g	Kovászos uborka ¹ E: 8kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 2,1g
					Tarhonyás csicseriborsó ¹ E: 475kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 1g, Feh.: 27g, CH: 101g, Cuk: 0g, Só: 0,5g
Uzsonna	Vajkrém ⁷ E: 114kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 6g, Feh.: 1g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Vöröslencse szendvicsskrém GM, TM E: 97kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	Mini lekvár E: 72kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 18g, Cuk: 16g, Só: 0,0g	Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Telj.kiőrlésű zsemle ¹ E: 143kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,0g
	Telj.kiőrlésű zsemle ¹ E: 143kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Zsemle ¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Zsemle ¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Telj. kiőrlésű kenyér ¹ E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Sajtkrém ⁷ E: 113kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 7g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,4g
		Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Sajt szelet ⁷ E: 149kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 7g, Feh.: 11g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g
				Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	

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. Csillagfürt

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket.

20-50-15 g ch

ÉTLAP

2025. október 6 - 2025. október 10

Étkezés	2025.10.06 Hétfő	2025.10.07 Kedd	2025.10.08 Szerda	2025.10.09 Csütörtök	2025.10.10 Péntek
Tízórai	Tej ⁷ E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Diab. gyümölcs tea E: 5kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Tej ⁷ E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Diab. gyümölcs tea E: 5kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Diab. gyümölcs tea E: 5kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g
	Soproni felvágott E: 0kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Borzas sajtkrém ⁷ E: 151kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 9g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Padlizsánkrém E: 185kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 4g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Félbarna kenyér ¹ E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g
	Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Telj. kiőrlésű kenyér ¹ E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Telj.kiőrlésű zsemle ¹ E: 143kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Főtt tojás kísétkezés ³ E: 50kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Mustár ¹⁰ E: 17kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,2g
	Félbarna kenyér ¹ E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g			Telj.kiőrlésű zsemle ¹ E: 143kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Főtt virsli E: 151kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 5g, Feh.: 8g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g
Ebéd	Lebbencsleves ^{1,9} E: 129kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Húsleves ⁹ E: 102kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 10g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	Zöldséges lencseleves E: 282kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 17g, CH: 37g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Köménymaglevés, Pirított zsemlekocka ¹ E: 114kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 2g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Vaníliás almaleves ⁷ E: 110kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,5g
	Zöldbabfőzelék , Sertéspörkölt ^{1,7} E: 399kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 3g, Feh.: 22g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,7g	Húsos-zöldséges tészta csirkés ¹ E: 417kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 28g, CH: 58g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	Tökfőzelék, Sült virsli ^{1,7} E: 480kcal, Zsír: 31g, T.zsír: 9g, Feh.: 20g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 1,8g	Zöldfűszeres párolt halfilé, Petrezselymes burgonya ⁴ E: 465kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 2g, Feh.: 24g, CH: 60g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	Tarhonyás hús ¹ E: 638kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 1g, Feh.: 44g, CH: 63g, Cuk: 0g, Só: 0,7g
					Kovászos uborka ¹ E: 8kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 2,1g
Uzsonna	Telj.kiőrlésű zsemle ¹ E: 143kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Gépsonka E: 63kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g	Telj. kiőrlésű kenyér ¹ E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Csirkemell sonka E: 63kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g	Telj.kiőrlésű zsemle ¹ E: 143kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,0g
	Diákcsemege E: 100kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Bécsi felvágott E: 98kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 3g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Sajtkrém ⁷ E: 113kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 7g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,4g
	Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Telj.kiőrlésű zsemle ¹ E: 143kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Telj. kiőrlésű kenyér ¹ E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g
		Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	

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. Csillagfűrt

Sertéshúsmentes

ÉTLAP

2025. október 6 - 2025. október 10

Étkezés	2025.10.06 Hétfő	2025.10.07 Kedd	2025.10.08 Szerda	2025.10.09 Csütörtök	2025.10.10 Péntek
Tízórai	Tej ⁷ E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g Miniméz E: 61kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Félbarna kenyér ¹ E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g Borzas sajtkrém ⁷ E: 151kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 9g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Telj. kiőrlésű kenyér ¹ E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Tej ⁷ E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g Padlizsánkrém E: 185kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 4g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Zsemle ¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Főtt tojás kísétkezés ³ E: 50kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zsemle ¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g Félbarna kenyér ¹ E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Mini lekvár E: 72kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 18g, Cuk: 16g, Só: 0,0g
Ebéd	Lebbencsleves Epés-Vega ^{1,9} E: 173kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Falafel golyók, Zöldbabfőzelék ^{1,3,7} E: 582kcal, Zsír: 35g, T.zsír: 5g, Feh.: 18g, CH: 49g, Cuk: 3g, Só: 0,7g	Zöldséragu leves ⁹ E: 84kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 8g, Cuk: 0g, Só: 2,7g Húsos-zöldséges tészta csirkés ¹ E: 417kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 28g, CH: 58g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	Zöldséges lencseleves E: 282kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 17g, CH: 37g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Tököfzelék, Rántott sajt sütőben sütvé ^{1,3,7} E: 470kcal, Zsír: 29g, T.zsír: 13g, Feh.: 19g, CH: 32g, Cuk: 8g, Só: 1,5g	Köménymaglevés, Pirított zsemlekocka ¹ E: 114kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 2g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 0,2g Zöldfűszeres párolt halfilé, Petrezselymes burgonya, Mongol saláta ^{4,10} E: 476kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 2g, Feh.: 25g, CH: 62g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	Vaníliás almaleves ⁷ E: 448kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 2g, Feh.: 3g, CH: 85g, Cuk: 57g, Só: 0,1g Kovászos uborka ¹ E: 8kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 2,1g Tarhonyás csicseriborsó ¹ E: 475kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 1g, Feh.: 27g, CH: 101g, Cuk: 0g, Só: 0,5g
Uzsonna	Vajkrém ⁷ E: 114kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 6g, Feh.: 1g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Telj.kiőrlésű zsemle ¹ E: 143kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Vöröslencse szendvicskrém GM, TM E: 97kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,3g Zsemle ¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Mini lekvár E: 72kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 18g, Cuk: 16g, Só: 0,0g Zsemle ¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Csirkemell sonka E: 63kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Telj. kiőrlésű kenyér ¹ E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Telj.kiőrlésű zsemle ¹ E: 143kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Sajtkrém ⁷ E: 113kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 7g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g

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. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket.

Laktózmentes

ÉTLAP

2025. október 6 - 2025. október 10

Étkezés	2025.10.06 Hétfő	2025.10.07 Kedd	2025.10.08 Szerda	2025.10.09 Csütörtök	2025.10.10 Péntek
Tízórai	Tej LM E: 78kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 2g, Feh.: 7g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Miniméz E: 61kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Félbarna kenyér¹ E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g Telj. kiőrlésű kenyér¹ E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Vöröslencse szendvicskrém GM, TM E: 97kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	Tej LM E: 78kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 2g, Feh.: 7g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Padlizsánkrém E: 185kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 4g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Zsemle¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Főtt tojás kísétkezés³ E: 50kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zsemle¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g Félbarna kenyér¹ E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Főtt virsli E: 151kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 5g, Feh.: 8g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g Ketchup E: 54kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 12g, Cuk: 7g, Só: 1,1g
Ebéd	Lebbensleves^{1,9} E: 129kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Sertéspörkölt , Zöldbabfőzelék TM¹ E: 378kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 1g, Feh.: 21g, CH: 29g, Cuk: 3g, Só: 0,6g	Húsleves⁹ E: 102kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 10g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Húsos-zöldséges tészta csirkés¹ E: 417kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 28g, CH: 58g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	Zöldséges lencseleves E: 282kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 17g, CH: 37g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Tökfőzelék TM, Sült virsli¹ E: 327kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 7g, Feh.: 14g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 1,6g	Köménymaglevés, Pirított zsemlekocka¹ E: 114kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 2g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 0,2g Zöldfűszeres párolt halfilé, Petrezselymes burgonya, Mongol saláta^{4,10} E: 476kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 2g, Feh.: 25g, CH: 62g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	Vaníliás almaleves TM E: 167kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 40g, Cuk: 19g, Só: 0,4g Tarhonyás hús¹ E: 638kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 1g, Feh.: 44g, CH: 63g, Cuk: 0g, Só: 0,7g Kovászos uborka¹ E: 8kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 2,1g
Uzsonna	Telj.kiőrlésű zsemle¹ E: 143kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Diákcsemege E: 100kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Gépsonka E: 63kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zsemle¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Telj. kiőrlésű kenyér¹ E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Bécsi felvágott E: 98kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 3g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Csirkemell sonka E: 63kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Telj. kiőrlésű kenyér¹ E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Telj.kiőrlésű zsemle¹ E: 143kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Tavaszi baromfi felvágott E: 73kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,7g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g

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. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket.

A változás jogát fenntartjuk!

Hüvelyesmentes

ÉTLAP

2025. október 6 - 2025. október 10

Étkezés	2025.10.06 Hétfő	2025.10.07 Kedd	2025.10.08 Szerda	2025.10.09 Csütörtök	2025.10.10 Péntek
Tízórai	Tej⁷ E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g	Tej⁷ E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g
	Miniméz E: 61kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Borzas sajtkrém⁷ E: 151kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 9g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Padlizsánkrém E: 185kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 4g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Félbarna kenyér¹ E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g
	Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Telj. kiőrlésű kenyér¹ E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Zsemle¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Főtt tojás kísétkezés³ E: 50kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Főtt virsli E: 151kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 5g, Feh.: 8g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g
	Félbarna kenyér¹ E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g			Zsemle¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Ketchup E: 54kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 12g, Cuk: 7g, Só: 1,1g
Ebéd	Lebbencsleves^{1,9} E: 129kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Húsleves⁹ E: 102kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 10g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	Zöldséges tarhonya leves^{1,9} E: 109kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 10g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	Köménymagleves, Pirított zsemlekocka¹ E: 114kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 2g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Vaníliás almaleves⁷ E: 448kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 2g, Feh.: 3g, CH: 85g, Cuk: 57g, Só: 0,1g
	Sertéspörkölt , Brokkoli főzelék^{1,7} E: 306kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 1g, Feh.: 23g, CH: 17g, Cuk: 0g, Só: 0,7g	Húsos-zöldséges tészta csirkés¹ E: 417kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 28g, CH: 58g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	Tökfőzelék, Sült virsli^{1,7} E: 478kcal, Zsír: 31g, T.zsír: 10g, Feh.: 17g, CH: 31g, Cuk: 8g, Só: 1,4g	Zöldfűszeres párolt halfilé, Petrezselymes burgonya, Mongol saláta^{4,10} E: 476kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 2g, Feh.: 25g, CH: 62g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	Tarhonyás hús¹ E: 638kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 1g, Feh.: 44g, CH: 63g, Cuk: 0g, Só: 0,7g
Uzsonna	Telj.kiőrlésű zsemle¹ E: 143kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Gépsonka E: 63kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g	Telj. kiőrlésű kenyér¹ E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Csirkemell sonka E: 63kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g	Telj.kiőrlésű zsemle¹ E: 143kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,0g
	Diákcsemege E: 100kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Bécsi felvágott E: 98kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 3g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Sajtkrém⁷ E: 113kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 7g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,4g
	Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Zsemle¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Telj. kiőrlésű kenyér¹ E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g
		Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	

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. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket.

ÉTLAP

2025. október 6 - 2025. október 10

Olajosmag mentes

Étkezés	2025.10.06 Hétfő	2025.10.07 Kedd	2025.10.08 Szerda	2025.10.09 Csütörtök	2025.10.10 Péntek
Tízórai	Tej ⁷ E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g Miniméz E: 61kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Félbarna kenyér ¹ E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g Borzas sajtkrém ⁷ E: 151kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 9g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Félbarna kenyér ¹ E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Tej ⁷ E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g Padlizsánkrém E: 185kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 4g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Zsemle ¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Főtt tojás kísétkezés ³ E: 50kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zsemle ¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Gyümölcs tea E: 26kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g Félbarna kenyér ¹ E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Főtt virsli E: 151kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 5g, Feh.: 8g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g Ketchup E: 54kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 12g, Cuk: 7g, Só: 1,1g
Ebéd	Lebbencsleves ^{1,9} E: 129kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zöldbabfőzelék, Sertéspörkölt ^{1,7} E: 360kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 2g, Feh.: 25g, CH: 34g, Cuk: 3g, Só: 0,4g	Húsleves ⁹ E: 102kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 10g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Húsos-zöldséges tészta csirkés ¹ E: 417kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 28g, CH: 58g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	Zöldséges lencseleves E: 282kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 17g, CH: 37g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Tökfőzelék, Sült virsli ^{1,7} E: 478kcal, Zsír: 31g, T.zsír: 10g, Feh.: 17g, CH: 31g, Cuk: 8g, Só: 1,4g	Köménymaglevés, Pirított zsemlekocka ¹ E: 114kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 2g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 0,2g Zöldfűszeres párolt halfilé, Petrezselymes burgonya, Mongol saláta ^{4,10} E: 476kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 2g, Feh.: 25g, CH: 62g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	Vaníliás almaleves ⁷ E: 448kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 2g, Feh.: 3g, CH: 85g, Cuk: 57g, Só: 0,1g Tarhonyás hús ¹ E: 638kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 1g, Feh.: 44g, CH: 63g, Cuk: 0g, Só: 0,7g Kovászos uborka ¹ E: 8kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 2,1g
Uzsonna	Diákcsemege E: 100kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zsemle ¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	Gépsonka E: 63kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zsemle ¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Bécsi felvágott E: 98kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 3g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Félbarna kenyér ¹ E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Csirkemell sonka E: 63kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Minimargarin E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Félbarna kenyér ¹ E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Sajtkrém ⁷ E: 113kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 7g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Zsemle ¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Zöldség E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g

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. Csillagfürt

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket.

A változás jogát fenntartjuk!