

# ALAP DIÉTÁK

# ÉTLAP

2026. május 18 - 2026. május 22

Étkezés	2026.05.18 Hétfő	2026.05.19 Kedd	2026.05.20 Szerda	2026.05.21 Csütörtök	2026.05.22 Péntek
<b>Tízórai</b>	<p><b>Kakaó<sup>7</sup></b> E: 49kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 5g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Molnárka<sup>1,3,7</sup></b> E: 197kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 2g, Feh.: 6g, CH: 30g, Cuk: 2g, Só: 0,6g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b></p> <p><b>Sajt szelet<sup>7</sup></b> E: 149kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 7g, Feh.: 11g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 1,0g</p> <p><b>Margarin</b> E: 36kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Bajor rozskenyér tk.<sup>1</sup></b> E: 154kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,7g</p> <p><b>Zöldség</b> E: 11kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p><b>Tej 1.5%<sup>7</sup></b> E: 97kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 2g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p> <p><b>Csokis gabonagyölyó<sup>1,6</sup></b> E: 157kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b></p> <p><b>Telj. kiörlésű kenyér<sup>1</sup></b> E: 237kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 9g, CH: 47g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Padlizsánkrém<sup>1,3,7,10</sup></b> E: 118kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 2g, Feh.: 2g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b></p> <p><b>Margarin</b> E: 36kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Telj. kiörlésű kenyér<sup>1</sup></b> E: 237kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 9g, CH: 47g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Gépsonka</b> E: 63kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g</p> <p><b>Zöldség</b> E: 11kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>
<b>Ebéd</b>	<p><b>Csontleves, Cérnemetélt<sup>1,9</sup></b> E: 92kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p> <p><b>Rostonsült csirkemell*, Alma mártás, Főtt burgonya 1/2<sup>1,7</sup></b> E: 511kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 2g, Feh.: 31g, CH: 74g, Cuk: 20g, Só: 0,7g</p>	<p><b>Frankfurti leves<sup>1,7</sup></b> E: 256kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 5g, Feh.: 10g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,7g</p> <p><b>Epertötelékes gombóc, Porcukor szorát<sup>1,3</sup></b> E: 539kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 11g, CH: 112g, Cuk: 20g, Só: 1,6g</p> <p><b>Kenyer , Gyümölcs<sup>1</sup></b> E: 130kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p><b>Fokhagyma krémleves, Levesgyöngy<sup>1,3,7</sup></b> E: 164kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 5g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 5,0g</p> <p><b>Sertéspörkölt , Tökfőzelék<sup>1,7</sup></b> E: 423kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 3g, Feh.: 20g, CH: 38g, Cuk: 9g, Só: 0,4g</p> <p><b>Kenyer<sup>1</sup></b> E: 78kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p><b>Vegyes gyümölcsleves<sup>1,7</sup></b> E: 293kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 58g, Cuk: 35g, Só: 0,0g</p> <p><b>Svéd húsgolyó, Burgonyapüré 1/2, Párolt zöldborsó 1/2, Barnamártás 1/2<sup>1,3,7,9</sup></b> E: 699kcal, Zsír: 27g, T.zsír: 14g, Feh.: 31g, CH: 80g, Cuk: 0g, Só: 2,4g</p>	<p><b>100%-os rostos gyümölcslé</b> E: 143kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Csirkepaprikás , Tészta köret<sup>1,7</sup></b> E: 716kcal, Zsír: 18g, T.zsír: 3g, Feh.: 42g, CH: 96g, Cuk: 0g, Só: 0,7g</p> <p><b>Cékla saláta</b> E: 51kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 1,0g</p>
<b>Uzsonna</b>	<p><b>Margarin</b> E: 36kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Telj.kiörlésű zsemle<sup>1</sup></b> E: 159kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Sajtos párizsi<sup>6</sup></b> E: 96kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 3g, Feh.: 5g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p> <p><b>Zöldség</b> E: 11kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p><b>Margarin</b> E: 36kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Paprikás szalámi</b> E: 99kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 3g, Feh.: 4g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p> <p><b>Császárszemle<sup>1</sup></b> E: 168kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p>	<p><b>Kenőmájás</b> E: 126kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 5g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,7g</p> <p><b>Tk.korpás kenyér<sup>1</sup></b> E: 249kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 8g, CH: 51g, Cuk: 0g, Só: 1,0g</p> <p><b>Zöldség</b> E: 11kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p><b>Kocka sajt<sup>7</sup></b> E: 36kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Kifli<sup>1</sup></b> E: 128kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p>	<p><b>Búrkifli<sup>1,3,7</sup></b> E: 375kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 50g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>

**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.

A változás jogát fenntartjuk!

# ÉTLAP

2026. május 18 - 2026. május 22

## Tejfehérje mentes

Étkezés	2026.05.18 Hétfő	2026.05.19 Kedd	2026.05.20 Szerda	2026.05.21 Csütörtök	2026.05.22 Péntek
<b>Tízórai</b>	<b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g  <b>Félbarna kenyér<sup>1</sup></b> E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g  <b>Mini lekvár</b> E: 72kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 18g, Cuk: 16g, Só: 0,0g  <b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	<b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g  <b>Bajor rozskenyér tk.<sup>1</sup></b> E: 154kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,7g  <b>Sültpaprika krém</b> E: 118kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 2g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	<b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g  <b>Zsemle<sup>1</sup></b> E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g  <b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g  <b>Csemege szalámi</b> E: 104kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 4g, Feh.: 5g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	<b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g  <b>Telj. kiőrlésű kenyér<sup>1</sup></b> E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g  <b>Padlizsánkrém</b> E: 185kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 4g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	<b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g  <b>Telj. kiőrlésű kenyér<sup>1</sup></b> E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g  <b>Gépsonka</b> E: 63kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g  <b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g  <b>Zöldség</b> E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g
<b>Ebéd</b>	<b>Csontleves, Levesbetét<sup>1,9</sup></b> E: 74kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,3g  <b>Párolt csirkemellfilé, Alma mártás TM, Főtt burgonya 1/2<sup>1</sup></b> E: 478kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 25g, CH: 69g, Cuk: 18g, Só: 1,0g	<b>Spárga krémleves TM, Pirított zsemlekocka<sup>1</sup></b> E: 237kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 4g, Feh.: 4g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,6g  <b>Kerti vegyesfőzelék TM, Sertéspörkölt<sup>1</sup></b> E: 449kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 2g, Feh.: 24g, CH: 43g, Cuk: 8g, Só: 0,8g	<b>Frankfurti leves TM<sup>1</sup></b> E: 225kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 4g, Feh.: 9g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,9g  <b>Tejbendara, rizstejes, Kakaó szórat<sup>1</sup></b> E: 356kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 77g, Cuk: 22g, Só: 0,2g	<b>Fahéjas szilvaleves TM</b> E: 151kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 34g, Cuk: 18g, Só: 0,1g  <b>Natúr csirke mellfilé, Párolt zöldség 1/2, Burgonyapüré 1/2 TM</b> E: 421kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 2g, Feh.: 31g, CH: 41g, Cuk: 0g, Só: 1,2g	<b>100%-os rostos gyümölcslé</b> E: 143kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 0,0g  <b>Csirkepaprikás TM, Tészta köret<sup>1</sup></b> E: 623kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 2g, Feh.: 31g, CH: 85g, Cuk: 0g, Só: 0,6g
<b>Uzsonna</b>	<b>Telj.kiőrlésű zsemle<sup>1</sup></b> E: 159kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,0g  <b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g  <b>Paprikás szalámi</b> E: 99kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 3g, Feh.: 4g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	<b>Császárszemle<sup>1</sup></b> E: 168kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,3g  <b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g  <b>Tavaszi baromfi felvágott</b> E: 73kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,7g  <b>Zöldség</b> E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	<b>Kenőmájás</b> E: 126kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 5g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,7g  <b>Tk.korpás kenyér<sup>1</sup></b> E: 149kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 30g, Cuk: 0g, Só: 0,6g  <b>Zöldség</b> E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	<b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g  <b>Zala felvágott</b> E: 98kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 3g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g  <b>Kifli<sup>1</sup></b> E: 97kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,4g	<b>Telj.kiőrlésű zsemle<sup>1</sup></b> E: 159kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,0g  <b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g  <b>Olasz felvágott</b> E: 134kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 5g, Feh.: 5g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g

### 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.

# ÉTLAP

2026. május 18 - 2026. május 22

## Tejfehérje, tojás mentes

Étkezés	2026.05.18 Hétfő	2026.05.19 Kedd	2026.05.20 Szerda	2026.05.21 Csütörtök	2026.05.22 Péntek
<b>Tízórai</b>	<p><b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Félbarna kenyér<sup>1</sup></b> E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Mini lekvár</b> E: 72kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 18g, Cuk: 16g, Só: 0,0g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Bajor rozskenyér tk.<sup>1</sup></b> E: 154kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,7g</p> <p><b>Sültpaprika krém</b> E: 118kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 2g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Zsemle<sup>1</sup></b> E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Csemege szalámi</b> E: 104kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 4g, Feh.: 5g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Telj. kiőrlésű kenyér<sup>1</sup></b> E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Padlizsánkrém</b> E: 185kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 4g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Telj. kiőrlésű kenyér<sup>1</sup></b> E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Gépsonka</b> E: 63kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Zöldség</b> E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>
<b>Ebéd</b>	<p><b>Csontleves, Levesbetét<sup>1,9</sup></b> E: 74kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p> <p><b>Párolt csirkemellfilé, Alma mártás TM, Főtt burgonya 1/2<sup>1</sup></b> E: 478kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 25g, CH: 69g, Cuk: 18g, Só: 1,0g</p>	<p><b>Spárga krémleves TM, Pirított zsemlekocka<sup>1</sup></b> E: 237kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 4g, Feh.: 4g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p> <p><b>Kerti vegyesfőzelék TM, Sertéspörkölt<sup>1</sup></b> E: 449kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 2g, Feh.: 24g, CH: 43g, Cuk: 8g, Só: 0,8g</p>	<p><b>Frankfurti leves TM<sup>1</sup></b> E: 225kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 4g, Feh.: 9g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,9g</p> <p><b>Tejbendara, rizstejes, Kakaó szórat<sup>1</sup></b> E: 356kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 77g, Cuk: 22g, Só: 0,2g</p>	<p><b>Fahéjas szilvaleves TM</b> E: 151kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 34g, Cuk: 18g, Só: 0,1g</p> <p><b>Natúr csirke mellfilé, Párolt zöldség 1/2, Burgonyapüré 1/2 TM</b> E: 421kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 2g, Feh.: 31g, CH: 41g, Cuk: 0g, Só: 1,2g</p>	<p><b>100%-os rostos gyümölcslé</b> E: 143kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Csirkepaprikás TM, Tészta köret<sup>1</sup></b> E: 623kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 2g, Feh.: 31g, CH: 85g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p>
<b>Uzsonna</b>	<p><b>Telj.kiőrlésű zsemle<sup>1</sup></b> E: 159kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Paprikás szalámi</b> E: 99kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 3g, Feh.: 4g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p>	<p><b>Császárszemle<sup>1</sup></b> E: 168kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Tavaszi baromfi felvágott</b> E: 73kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,7g</p> <p><b>Zöldség</b> E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p><b>Kenőmájás</b> E: 126kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 5g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,7g</p> <p><b>Tk.korpás kenyér<sup>1</sup></b> E: 149kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 30g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p> <p><b>Zöldség</b> E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Zala felvágott</b> E: 98kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 3g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p> <p><b>Kifli<sup>1</sup></b> E: 97kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,4g</p>	<p><b>Telj.kiőrlésű zsemle<sup>1</sup></b> E: 159kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Olasz felvágott</b> E: 134kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 5g, Feh.: 5g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p>

### 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.

# GLUTÉNMENTES

# ÉTLAP

2026. május 18 - 2026. május 22

Étkezés	2026.05.18 Hétfő	2026.05.19 Kedd	2026.05.20 Szerda	2026.05.21 Csütörtök	2026.05.22 Péntek
<b>Tízórai</b>	<p><b>Tej</b> E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g</p> <p><b>Mini lekvár</b> E: 72kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 18g, Cuk: 16g, Só: 0,0g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Gluténmentes kenyér</b> E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Sültpaprika krém</b> E: 118kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 2g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p> <p><b>Gluténmentes kenyér</b> E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p>	<p><b>Tej</b> E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Csemege szalámi</b> E: 104kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 4g, Feh.: 5g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p> <p><b>Gluténmentes kenyér</b> E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Padlizsánkrém</b> E: 185kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 4g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p> <p><b>Gluténmentes kenyér</b> E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Gépsonka</b> E: 63kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Gluténmentes kenyér</b> E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p> <p><b>Zöldség</b> E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>
<b>Ebéd</b>	<p><b>Csontleves, Levesbetét GM<sup>9</sup></b> E: 73kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p> <p><b>Párolt csirkemellfilé, Alma mártás, Főtt burgonya 1/2<sup>7</sup></b> E: 524kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 3g, Feh.: 28g, CH: 72g, Cuk: 18g, Só: 1,1g</p>	<p><b>Spárga krémleves GM, Pírtott kenyérkocka GM<sup>7</sup></b> E: 155kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p> <p><b>Kerti vegyesfőzelék GM, Sertéspörkölt GM<sup>7</sup></b> E: 393kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 1g, Feh.: 26g, CH: 41g, Cuk: 4g, Só: 1,2g</p>	<p><b>Frankfurti leves GM<sup>7</sup></b> E: 247kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 5g, Feh.: 9g, CH: 17g, Cuk: 0g, Só: 1,0g</p> <p><b>Tejbendara kukoricadarával GM, Kakaó szorot<sup>7</sup></b> E: 432kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 2g, Feh.: 13g, CH: 79g, Cuk: 33g, Só: 0,6g</p>	<p><b>Fahéjas szilvaleves GM<sup>7</sup></b> E: 218kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 2g, Feh.: 5g, CH: 38g, Cuk: 18g, Só: 0,2g</p> <p><b>Natúr csirke mellfilé, Burgonyapüré 1/2, Párolt zöldség 1/2<sup>7</sup></b> E: 427kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 3g, Feh.: 34g, CH: 39g, Cuk: 0g, Só: 1,3g</p>	<p><b>100%-os rostos gyümölcsle</b> E: 143kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Csirkepaprikás GM, Tészta köret GM<sup>7</sup></b> E: 557kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 3g, Feh.: 26g, CH: 69g, Cuk: 0g, Só: 1,1g</p>
<b>Uzsonna</b>	<p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Paprikás szalámi</b> E: 99kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 3g, Feh.: 4g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p> <p><b>Gluténmentes kenyér</b> E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p>	<p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Tavaszi baromfi felvágott</b> E: 73kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,7g</p> <p><b>Gluténmentes kenyér</b> E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p> <p><b>Zöldség</b> E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p><b>Kenőmájás</b> E: 126kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 5g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,7g</p> <p><b>Gluténmentes kenyér</b> E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p> <p><b>Zöldség</b> E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Zala felvágott</b> E: 98kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 3g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p> <p><b>Gluténmentes kenyér</b> E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p>	<p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Olasz felvágott</b> E: 134kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 5g, Feh.: 5g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p> <p><b>Gluténmentes kenyér</b> E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p>

**Allergének:**

1. Glutén 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

2026. május 18 - 2026. május 22

## Glutén, tejfehérje mentes

Étkezés	2026.05.18 Hétfő	2026.05.19 Kedd	2026.05.20 Szerda	2026.05.21 Csütörtök	2026.05.22 Péntek
<b>Tízórai</b>	<p><b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Mini lekvár</b> E: 72kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 18g, Cuk: 16g, Só: 0,0g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Gluténmentes kenyér</b> E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Sültpaprika krém</b> E: 118kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 2g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p> <p><b>Gluténmentes kenyér</b> E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Csemege szalámi</b> E: 104kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 4g, Feh.: 5g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p> <p><b>Gluténmentes kenyér</b> E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Padlizsánkrém</b> E: 185kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 4g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p> <p><b>Gluténmentes kenyér</b> E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Gépsonka</b> E: 63kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Gluténmentes kenyér</b> E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p> <p><b>Zöldség</b> E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>
<b>Ebéd</b>	<p><b>Csontleves, Levesbetét GM<sup>9</sup></b> E: 73kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p> <p><b>Párolt csirkemellfilé, Alma mártás, Főtt burgonya 1/2</b> E: 467kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 25g, CH: 67g, Cuk: 18g, Só: 1,0g</p>	<p><b>Spárga krémleves GM, TM, Pirított kenyérkocka GM</b> E: 192kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 2g, Feh.: 2g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p> <p><b>Kerti vegyesfőzelék GM, TM, Sertéspörkölt GM</b> E: 471kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 2g, Feh.: 25g, CH: 46g, Cuk: 8g, Só: 1,1g</p>	<p><b>Frankfurti leves GMTM</b> E: 224kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 4g, Feh.: 8g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,9g</p> <p><b>Tejbendara kukoricadarával GM., TM, Kakaó szórat</b> E: 416kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 6g, CH: 85g, Cuk: 33g, Só: 0,3g</p>	<p><b>Fahéjas szilvaleves GMTM</b> E: 151kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 34g, Cuk: 18g, Só: 0,1g</p> <p><b>Natúr csirke mellfilé, Burgonyapüré 1/2 TM, Párolt zöldség 1/2</b> E: 421kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 2g, Feh.: 31g, CH: 41g, Cuk: 0g, Só: 1,2g</p>	<p><b>100%-os rostos gyümölcsle</b> E: 143kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Csirkepaprikás GM, TM, Tészta köret GM</b> E: 522kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 2g, Feh.: 25g, CH: 68g, Cuk: 0g, Só: 1,0g</p>
<b>Uzsonna</b>	<p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Paprikás szalámi</b> E: 99kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 3g, Feh.: 4g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p> <p><b>Gluténmentes kenyér</b> E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p>	<p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Tavaszi baromfi felvágott</b> E: 73kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,7g</p> <p><b>Gluténmentes kenyér</b> E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p> <p><b>Zöldség</b> E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p><b>Kenőmájás</b> E: 126kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 5g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,7g</p> <p><b>Gluténmentes kenyér</b> E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p> <p><b>Zöldség</b> E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Zala felvágott</b> E: 98kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 3g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p> <p><b>Gluténmentes kenyér</b> E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p>	<p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Olasz felvágott</b> E: 134kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 5g, Feh.: 5g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p> <p><b>Gluténmentes kenyér</b> E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p>

### Allergének:

1. Glutén 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.

A változás jogát fenntartjuk!

## Vegetáriánus

# ÉTLAP

2026. május 18 - 2026. május 22

Étkezés	2026.05.18 Hétfő	2026.05.19 Kedd	2026.05.20 Szerda	2026.05.21 Csütörtök	2026.05.22 Péntek
<b>Tízórai</b>	<p><b>Tej</b><sup>7</sup></p> <p>E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g</p> <p><b>Molnárka</b><sup>1,3,7</sup></p> <p>E: 197kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 2g, Feh.: 6g, CH: 30g, Cuk: 2g, Só: 0,6g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b></p> <p>E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Bajor rozskenyér tk.</b><sup>1</sup></p> <p>E: 154kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,7g</p> <p><b>Sültpaprika krém</b></p> <p>E: 118kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 2g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p>	<p><b>Tej</b><sup>7</sup></p> <p>E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g</p> <p><b>Csokis gabonagolyó</b><sup>1,6</sup></p> <p>E: 157kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b></p> <p>E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Telj. kiőrlésű kenyér</b><sup>1</sup></p> <p>E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Padlizsánkrém</b></p> <p>E: 185kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 4g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b></p> <p>E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Telj. kiőrlésű kenyér</b><sup>1</sup></p> <p>E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Minimargarin</b></p> <p>E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Miniméz</b></p> <p>E: 61kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>
<b>Ebéd</b>	<p><b>Hamis csontleves, Levesbetét</b><sup>1,9</sup></p> <p>E: 71kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,2g</p> <p><b>Alma mártás, Vegaburger, Főtt burgonya 1/2</b><sup>1,6,7</sup></p> <p>E: 469kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 4g, Feh.: 14g, CH: 69g, Cuk: 18g, Só: 1,3g</p>	<p><b>Spárga krémleves, Pírtott zsemlekocka</b><sup>1,7</sup></p> <p>E: 287kcal, Zsír: 23g, T.zsír: 3g, Feh.: 5g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p> <p><b>Rántott sajt sütőben sütte, Kerti vegyesfőzelék</b><sup>1,3,7</sup></p> <p>E: 435kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 10g, Feh.: 23g, CH: 35g, Cuk: 4g, Só: 1,5g</p>	<p><b>Frankfurti leves vega</b><sup>1,7</sup></p> <p>E: 282kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 4g, Feh.: 13g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 1,6g</p> <p><b>Tejbendara, Kakaó szórat</b><sup>1,7</sup></p> <p>E: 406kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 2g, Feh.: 12g, CH: 79g, Cuk: 45g, Só: 0,4g</p>	<p><b>Fahéjas szilvaleves</b><sup>7</sup></p> <p>E: 182kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 33g, Cuk: 18g, Só: 0,1g</p> <p><b>Falafel golyók, Burgonyapüré 1/2, Párolt zöldség 1/2</b><sup>1,3,7</sup></p> <p>E: 663kcal, Zsír: 39g, T.zsír: 6g, Feh.: 20g, CH: 59g, Cuk: 0g, Só: 1,1g</p>	<p><b>100%-os rostos gyümölcslé</b></p> <p>E: 143kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Csicseriborsó pörkölt , Tészta köret</b><sup>1</sup></p> <p>E: 694kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 2g, Feh.: 31g, CH: 130g, Cuk: 0g, Só: 1,0g</p>
<b>Uzsonna</b>	<p><b>Telj.kiőrlésű zsemle</b><sup>1</sup></p> <p>E: 159kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Minimargarin</b></p> <p>E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Sajt szelet</b><sup>7</sup></p> <p>E: 149kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 7g, Feh.: 11g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 1,0g</p>	<p><b>Császárszemle</b><sup>1</sup></p> <p>E: 168kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p> <p><b>Minimargarin</b></p> <p>E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Kocka sajt</b><sup>7</sup></p> <p>E: 36kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Zöldség</b></p> <p>E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p><b>Tk.korpás kenyér</b><sup>1</sup></p> <p>E: 149kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 30g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p> <p><b>Sajtkrém</b><sup>7</sup></p> <p>E: 113kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 7g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,4g</p> <p><b>Zöldség</b></p> <p>E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p><b>Kifli</b><sup>1</sup></p> <p>E: 97kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,4g</p> <p><b>Kocka sajt</b><sup>7</sup></p> <p>E: 36kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p>	<p><b>Telj.kiőrlésű zsemle</b><sup>1</sup></p> <p>E: 159kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Minimargarin</b></p> <p>E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Sajt szelet</b><sup>7</sup></p> <p>E: 149kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 7g, Feh.: 11g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 1,0g</p>

### 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.

A változás jogát fenntartjuk!

# ÉTLAP

2026. május 18 - 2026. május 22

20-50-15 g ch

Étkezés	2026.05.18 Hétfő	2026.05.19 Kedd	2026.05.20 Szerda	2026.05.21 Csütörtök	2026.05.22 Péntek
<b>Tízórai</b>	<p><b>Diab. gyümölcs tea</b> E: 5kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Félbarna kenyér<sup>1</sup></b> E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Sajt szelet<sup>7</sup></b> E: 149kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 7g, Feh.: 11g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 1,0g</p>	<p><b>Diab. gyümölcs tea</b> E: 5kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Bajor rozskenyér tk.<sup>1</sup></b> E: 154kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,7g</p> <p><b>Sültpaprika krém</b> E: 118kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 2g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p>	<p><b>Diab. gyümölcs tea</b> E: 5kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Zsemle<sup>1</sup></b> E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Csemege szalámi</b> E: 104kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 4g, Feh.: 5g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p>	<p><b>Diab. gyümölcs tea</b> E: 5kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Telj. kiörlésű kenyér<sup>1</sup></b> E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Padlizsánkrém</b> E: 185kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 4g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p>	<p><b>Diab. gyümölcs tea</b> E: 5kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Telj. kiörlésű kenyér<sup>1</sup></b> E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Gépsonka</b> E: 63kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Zöldség</b> E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>
<b>Ebéd</b>	<p><b>Csontleves, Levesbetét<sup>1,9</sup></b> E: 74kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p> <p><b>Párolt csirkemellfilé, Alma mártás diab., Főtt burgonya 1/2<sup>1,7</sup></b> E: 423kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 2g, Feh.: 26g, CH: 50g, Cuk: 0g, Só: 1,0g</p>	<p><b>Spárga krémleves, Pirított zsemlekocka<sup>1,7</sup></b> E: 287kcal, Zsír: 23g, T.zsír: 3g, Feh.: 5g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p> <p><b>Sertéspörkölt , Kerti vegyesfőzelék diab.<sup>1,7</sup></b> E: 405kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 1g, Feh.: 25g, CH: 38g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p>	<p><b>Frankfurti leves<sup>1,7</sup></b> E: 231kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 4g, Feh.: 9g, CH: 17g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p> <p><b>Tejbendara diab, Kakaó szórat<sup>1,7</sup></b> E: 287kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 2g, Feh.: 13g, CH: 48g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p>	<p><b>Fahéjas szilvaleves<sup>7</sup></b> E: 147kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 2g, Feh.: 5g, CH: 20g, Cuk: 0g, Só: 0,2g</p> <p><b>Natúr csirke mellfilé, Burgonyapüré 1/2, Párolt zöldség 1/2<sup>7</sup></b> E: 427kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 3g, Feh.: 34g, CH: 39g, Cuk: 0g, Só: 1,3g</p>	<p><b>Brokkoli krémleves<sup>1,7</sup></b> E: 172kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 3g, Feh.: 4g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g</p> <p><b>Csirkepaprikás , Tészta köret<sup>1,7</sup></b> E: 643kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 3g, Feh.: 37g, CH: 86g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p>
<b>Uzsonna</b>	<p><b>Telj.kiörlésű zsemle<sup>1</sup></b> E: 159kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Paprikás szalámi</b> E: 99kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 3g, Feh.: 4g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p>	<p><b>Császárszemle<sup>1</sup></b> E: 168kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Tavaszi baromfi felvágott</b> E: 73kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,7g</p> <p><b>Zöldség</b> E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p><b>Kenőmájás</b> E: 126kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 5g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,7g</p> <p><b>Tk.korpás kenyér<sup>1</sup></b> E: 149kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 30g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p> <p><b>Zöldség</b> E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Zala felvágott</b> E: 98kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 3g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p> <p><b>Kifli<sup>1</sup></b> E: 97kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,4g</p>	<p><b>Telj.kiörlésű zsemle<sup>1</sup></b> E: 159kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Olasz felvágott</b> E: 134kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 5g, Feh.: 5g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p>

**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.

A változás jogát fenntartjuk!

## Sertéshúsmentes

# ÉTLAP

2026. május 18 - 2026. május 22

Étkezés	2026.05.18 Hétfő	2026.05.19 Kedd	2026.05.20 Szerda	2026.05.21 Csütörtök	2026.05.22 Péntek
<b>Tízórai</b>	<p><b>Tej<sup>7</sup></b> E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g</p> <p><b>Félbarna kenyér<sup>1</sup></b> E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Mini lekvár</b> E: 72kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 18g, Cuk: 16g, Só: 0,0g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Bajor rozskenyér tk.<sup>1</sup></b> E: 154kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,7g</p> <p><b>Sültpaprika krém</b> E: 118kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 2g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p>	<p><b>Tej<sup>7</sup></b> E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g</p> <p><b>Csokis gabonagyölyó<sup>1,6</sup></b> E: 157kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Telj. kiörlésű kenyér<sup>1</sup></b> E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Padlizsánkrém</b> E: 185kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 4g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Telj. kiörlésű kenyér<sup>1</sup></b> E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Miniméz</b> E: 61kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>
<b>Ebéd</b>	<p><b>Hamis csontleves, Levesbetét<sup>1,9</sup></b> E: 71kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,2g</p> <p><b>Párolt csirkemellfilé, Alma mártás, Főtt burgonya 1/2<sup>1,7</sup></b> E: 498kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 2g, Feh.: 26g, CH: 68g, Cuk: 18g, Só: 1,0g</p>	<p><b>Spárga krémleves, Pírtott zsemlekocka<sup>1,7</sup></b> E: 287kcal, Zsír: 23g, T.zsír: 3g, Feh.: 5g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p> <p><b>Csirkepörkölt, Kerti vegyesfőzelék<sup>1,7</sup></b> E: 394kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 2g, Feh.: 26g, CH: 38g, Cuk: 4g, Só: 0,9g</p>	<p><b>Frankfurti leves vega<sup>1,7</sup></b> E: 282kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 4g, Feh.: 13g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 1,6g</p> <p><b>Tejbendara, Kakaó szórat<sup>1,7</sup></b> E: 406kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 2g, Feh.: 12g, CH: 79g, Cuk: 45g, Só: 0,4g</p>	<p><b>Fahéjas szilvaleves<sup>7</sup></b> E: 182kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 33g, Cuk: 18g, Só: 0,1g</p> <p><b>Natúr csirke mellfilé, Burgonyapüré 1/2, Párolt zöldség 1/2<sup>7</sup></b> E: 427kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 3g, Feh.: 34g, CH: 39g, Cuk: 0g, Só: 1,3g</p>	<p><b>100%-os rostos gyümölcsle</b> E: 143kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Csirkepaprikás , Tészta köret<sup>1,7</sup></b> E: 643kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 3g, Feh.: 37g, CH: 86g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p>
<b>Uzsonna</b>	<p><b>Telj.kiörlésű zsemle<sup>1</sup></b> E: 159kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Sajt szelet<sup>7</sup></b> E: 149kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 7g, Feh.: 11g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 1,0g</p>	<p><b>Császárszemle<sup>1</sup></b> E: 168kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Kocka sajt<sup>7</sup></b> E: 36kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Zöldség</b> E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p><b>Tk.korpás kenyér<sup>1</sup></b> E: 149kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 30g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p> <p><b>Sajtkrém<sup>7</sup></b> E: 113kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 7g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,4g</p> <p><b>Zöldség</b> E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p><b>Kifli<sup>1</sup></b> E: 97kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,4g</p> <p><b>Kocka sajt<sup>7</sup></b> E: 36kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p>	<p><b>Telj.kiörlésű zsemle<sup>1</sup></b> E: 159kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Sajt szelet<sup>7</sup></b> E: 149kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 7g, Feh.: 11g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 1,0g</p>

### 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.

A változás jogát fenntartjuk!

## Laktózmentes

# ÉTLAP

2026. május 18 - 2026. május 22

Étkezés	2026.05.18 Hétfő	2026.05.19 Kedd	2026.05.20 Szerda	2026.05.21 Csütörtök	2026.05.22 Péntek
<b>Tízórai</b>	<p><b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Félbarna kenyér<sup>1</sup></b> E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Mini lekvár</b> E: 72kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 18g, Cuk: 16g, Só: 0,0g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Bajor rozskenyér tk.<sup>1</sup></b> E: 154kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,7g</p> <p><b>Sültpaprika krém</b> E: 118kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 2g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Zsemle<sup>1</sup></b> E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Csemege szalámi</b> E: 104kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 4g, Feh.: 5g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Telj. kiőrlésű kenyér<sup>1</sup></b> E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Padlizsánkrém</b> E: 185kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 4g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Telj. kiőrlésű kenyér<sup>1</sup></b> E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Gépsonka</b> E: 63kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Zöldség</b> E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>
<b>Ebéd</b>	<p><b>Csontleves, Levesbetét<sup>1,9</sup></b> E: 74kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p> <p><b>Párolt csirkemellfilé, Alma mártás TM, Főtt burgonya 1/2<sup>1</sup></b> E: 478kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 25g, CH: 69g, Cuk: 18g, Só: 1,0g</p>	<p><b>Spárga krémleves TM, Pirított zsemlekocka<sup>1</sup></b> E: 237kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 4g, Feh.: 4g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p> <p><b>Kerti vegyesfőzelék TM, Sertéspörkölt<sup>1</sup></b> E: 449kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 2g, Feh.: 24g, CH: 43g, Cuk: 8g, Só: 0,8g</p>	<p><b>Frankfurti leves TM<sup>1</sup></b> E: 225kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 4g, Feh.: 9g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,9g</p> <p><b>Tejbendara, rizstejes, Kakaó szórat<sup>1</sup></b> E: 356kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 77g, Cuk: 22g, Só: 0,2g</p>	<p><b>Fahéjas szilvaleves TM</b> E: 151kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 34g, Cuk: 18g, Só: 0,1g</p> <p><b>Natúr csirke mellfilé, Párolt zöldség 1/2, Burgonyapüré 1/2 TM</b> E: 421kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 2g, Feh.: 31g, CH: 41g, Cuk: 0g, Só: 1,2g</p>	<p><b>100%-os rostos gyümölcslé</b> E: 143kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Csirkepaprikás TM, Tészta köret<sup>1</sup></b> E: 623kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 2g, Feh.: 31g, CH: 85g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p>
<b>Uzsonna</b>	<p><b>Telj.kiőrlésű zsemle<sup>1</sup></b> E: 159kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Paprikás szalámi</b> E: 99kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 3g, Feh.: 4g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p>	<p><b>Császárszemle<sup>1</sup></b> E: 168kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Tavaszi baromfi felvágott</b> E: 73kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,7g</p> <p><b>Zöldség</b> E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p><b>Kenőmájas</b> E: 126kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 5g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,7g</p> <p><b>Tk.korpás kenyér<sup>1</sup></b> E: 149kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 30g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p> <p><b>Zöldség</b> E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Zala felvágott</b> E: 98kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 3g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p> <p><b>Kifli<sup>1</sup></b> E: 97kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,4g</p>	<p><b>Telj.kiőrlésű zsemle<sup>1</sup></b> E: 159kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Olasz felvágott</b> E: 134kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 5g, Feh.: 5g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p>

### 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.

# ÉTLAP

2026. május 18 - 2026. május 22

## Hüvelyesmentes

Étkezés	2026.05.18 Hétfő	2026.05.19 Kedd	2026.05.20 Szerda	2026.05.21 Csütörtök	2026.05.22 Péntek
<b>Tízórai</b>	<p><b>Tej<sup>7</sup></b> E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g</p> <p><b>Félbarna kenyér<sup>1</sup></b> E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Mini lekvár</b> E: 72kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 18g, Cuk: 16g, Só: 0,0g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Bajor rozskenyér tk.<sup>1</sup></b> E: 154kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,7g</p> <p><b>Sültpaprika krém</b> E: 118kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 2g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p>	<p><b>Tej<sup>7</sup></b> E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Csemege szalámi</b> E: 104kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 4g, Feh.: 5g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p> <p><b>Zsemle<sup>1</sup></b> E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Telj. kiörlésű kenyér<sup>1</sup></b> E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Padlizsánkrém</b> E: 185kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 4g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Telj. kiörlésű kenyér<sup>1</sup></b> E: 142kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Gépsonka</b> E: 63kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Zöldség</b> E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>
<b>Ebéd</b>	<p><b>Csontleves, Levesbetét<sup>1,9</sup></b> E: 74kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p> <p><b>Párolt csirkemellfilé, Alma mártás, Főtt burgonya 1/2<sup>1,7</sup></b> E: 498kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 2g, Feh.: 26g, CH: 68g, Cuk: 18g, Só: 1,0g</p>	<p><b>Spárga krémleves, Pirított zsemlekocka<sup>1,7</sup></b> E: 287kcal, Zsír: 23g, T.zsír: 3g, Feh.: 5g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p> <p><b>Tökfőzelék, Sertéspörkölt<sup>1,7</sup></b> E: 398kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 3g, Feh.: 20g, CH: 34g, Cuk: 8g, Só: 0,4g</p>	<p><b>Frankfurti leves<sup>1,7</sup></b> E: 231kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 4g, Feh.: 9g, CH: 17g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p> <p><b>Tejbendara, Kakaó szórát<sup>1,7</sup></b> E: 406kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 2g, Feh.: 12g, CH: 79g, Cuk: 45g, Só: 0,4g</p>	<p><b>Fahéjas szilvaleves<sup>7</sup></b> E: 182kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 33g, Cuk: 18g, Só: 0,1g</p> <p><b>Natúr csirke mellfilé, Burgonyapüré 1/2, Párolt zöldség 1/2<sup>7</sup></b> E: 427kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 3g, Feh.: 34g, CH: 39g, Cuk: 0g, Só: 1,3g</p>	<p><b>100%-os rostos gyümölcslé</b> E: 143kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Csirkepaprikás , Tészta köret<sup>1,7</sup></b> E: 643kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 3g, Feh.: 37g, CH: 86g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p>
<b>Uzsonna</b>	<p><b>Telj.kiörlésű zsemle<sup>1</sup></b> E: 159kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Paprikás szalámi</b> E: 99kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 3g, Feh.: 4g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p>	<p><b>Császárszemle<sup>1</sup></b> E: 168kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Sajt szelet<sup>7</sup></b> E: 149kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 7g, Feh.: 11g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 1,0g</p> <p><b>Zöldség</b> E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p><b>Kenőmájás</b> E: 126kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 5g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,7g</p> <p><b>Tk.korpás kenyér<sup>1</sup></b> E: 149kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 30g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p> <p><b>Zöldség</b> E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Zala felvágott</b> E: 98kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 3g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p> <p><b>Kifli<sup>1</sup></b> E: 97kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,4g</p>	<p><b>Telj.kiörlésű zsemle<sup>1</sup></b> E: 159kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Olasz felvágott</b> E: 134kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 5g, Feh.: 5g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p>

### 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.

A változás jogát fenntartjuk!

# ÉTLAP

2026. május 18 - 2026. május 22

## Olajosmag mentes

Étkezés	2026.05.18 Hétfő	2026.05.19 Kedd	2026.05.20 Szerda	2026.05.21 Csütörtök	2026.05.22 Péntek
<b>Tízórai</b>	<p><b>Tej<sup>7</sup></b> E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g</p> <p><b>Félbarna kenyér<sup>1</sup></b> E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Mini lekvár</b> E: 72kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 18g, Cuk: 16g, Só: 0,0g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Sültpaprika krém</b> E: 118kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 2g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p> <p><b>Félbarna kenyér<sup>1</sup></b> E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p><b>Tej<sup>7</sup></b> E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Csemege szalámi</b> E: 104kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 4g, Feh.: 5g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p> <p><b>Zsemle<sup>1</sup></b> E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Padlizsánkrém</b> E: 185kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 4g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p> <p><b>Félbarna kenyér<sup>1</sup></b> E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p><b>Gyümölcs tea</b> E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g</p> <p><b>Gépsonka</b> E: 63kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g</p> <p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Félbarna kenyér<sup>1</sup></b> E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Zöldség</b> E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>
<b>Ebéd</b>	<p><b>Csontleves, Levesbetét<sup>1,9</sup></b> E: 74kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p> <p><b>Párolt csirkemellfilé, Alma mártás, Főtt burgonya 1/2<sup>1,7</sup></b> E: 498kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 2g, Feh.: 26g, CH: 68g, Cuk: 18g, Só: 1,0g</p>	<p><b>Spárga krémleves, Pirított zsemlekocka<sup>1,7</sup></b> E: 287kcal, Zsír: 23g, T.zsír: 3g, Feh.: 5g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p> <p><b>Kerti vegyesfőzelék, Sertéspörkölt<sup>1,7</sup></b> E: 385kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 1g, Feh.: 25g, CH: 39g, Cuk: 4g, Só: 0,5g</p>	<p><b>Frankfurti leves<sup>1,7</sup></b> E: 231kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 4g, Feh.: 9g, CH: 17g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p> <p><b>Tejbendara, Kakaó szórát<sup>1,7</sup></b> E: 406kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 2g, Feh.: 12g, CH: 79g, Cuk: 45g, Só: 0,4g</p>	<p><b>Fahéjas szilvaleves<sup>7</sup></b> E: 182kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 33g, Cuk: 18g, Só: 0,1g</p> <p><b>Natúr csirke mellfilé, Burgonyapüré 1/2, Párolt zöldség 1/2<sup>7</sup></b> E: 427kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 3g, Feh.: 34g, CH: 39g, Cuk: 0g, Só: 1,3g</p>	<p><b>100%-os rostos gyümölcsle</b> E: 143kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Csirkepaprikás , Tészta köret<sup>1,7</sup></b> E: 643kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 3g, Feh.: 37g, CH: 86g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p>
<b>Uzsonna</b>	<p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Paprikás szalámi</b> E: 99kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 3g, Feh.: 4g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p> <p><b>Zsemle<sup>1</sup></b> E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p>	<p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Tavaszi baromfi felvágott</b> E: 73kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,7g</p> <p><b>Zsemle<sup>1</sup></b> E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p> <p><b>Zöldség</b> E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p><b>Kenőmájás</b> E: 126kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 5g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,7g</p> <p><b>Félbarna kenyér<sup>1</sup></b> E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p><b>Zöldség</b> E: 9kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Zala felvágott</b> E: 98kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 3g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p> <p><b>Kifli<sup>1</sup></b> E: 97kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,4g</p>	<p><b>Minimargarin</b> E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p><b>Olasz felvágott</b> E: 134kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 5g, Feh.: 5g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p> <p><b>Zsemle<sup>1</sup></b> E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p>

### 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.

A változás jogát fenntartjuk!