

ALAP DIÉTÁK

ÉTLAP

2026. október 26 - 2026. november 1

Étkezés	2026.10.26 Hétfő	2026.10.27 Kedd	2026.10.28 Szerda	2026.10.29 Csütörtök	2026.10.30 Péntek	2026.10.31 Szombat	2026.11.01 Vasárnap
Tízórai	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g Tej 2,8 %⁷ E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g Sajtos rúd^{1,7} E: 88kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 8g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g Almás-fahéjas zabkása^{1,7} E: 378kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 3g, Feh.: 17g, CH: 59g, Cuk: 9g, Só: 0,6g	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g Tej 2,8 %⁷ E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g Füstölt sajtos brokkolikrém⁷ E: 121kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 4g, Feh.: 4g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Bajor rozskenyér tk.¹ E: 154kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,7g Jégcsap retek E: 6kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g Karamellás tej⁷ E: 153kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 2g, Feh.: 9g, CH: 21g, Cuk: 8g, Só: 0,3g Foszlós kalács^{1,3,7} E: 484kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 5g, Feh.: 14g, CH: 78g, Cuk: 8g, Só: 0,4g	Tej 2,8 %⁷ E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g Magyaros vajkrém⁷ E: 114kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Tv paprika E: 34kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 5g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Félbarna kenyér¹ E: 259kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 10g, CH: 52g, Cuk: 0g, Só: 0,1g		
Ebéd	Májgombóclevés^{1,3} E: 252kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 6g, Feh.: 10g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 2,5g Párolt csirkemellfilé, Sütőtőkfőzelék^{1,7} E: 480kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 3g, Feh.: 30g, CH: 40g, Cuk: 4g, Só: 1,1g Kenyér¹ E: 78kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Zellerkrémleves, Színes Levesgyöngy^{1,3,7,9} E: 188kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 20g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Rakott sárgarépa⁷ E: 610kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 3g, Feh.: 27g, CH: 74g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Daragaluska alap leves, Daragaluska betét^{1,3,9} E: 123kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 1,2g Főtt tojás, Főtt burgonya 1/2, Sóska mártás^{1,3,7} E: 501kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 4g, Feh.: 21g, CH: 63g, Cuk: 10g, Só: 0,4g	Karfiollevés^{1,9} E: 186kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Finomfőzelék, Rántott párizsi sütőben^{1,3,7} E: 434kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 2g, Feh.: 24g, CH: 45g, Cuk: 0g, Só: 2,7g Kenyér¹ E: 78kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Köménymagleves, Pírtott zsemlekocka¹ E: 105kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 2g, Feh.: 2g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Párolt csirkemellfilé, Kuszkus köret, Alma mártás^{1,7} E: 902kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 2g, Feh.: 44g, CH: 147g, Cuk: 22g, Só: 1,2g		
Uzsonna	Margarin E: 36kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Párizsi (sertés) E: 88kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g Telj. kiörlésű kenyér¹ E: 284kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 11g, CH: 56g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Kígyóuborka E: 5kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Margarin E: 36kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Sajt szelet⁷ E: 149kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 7g, Feh.: 11g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Teljes kiörlésű korpás zsemle¹ E: 319kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 11g, CH: 64g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Tv paprika E: 10kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Kocka sajt⁷ E: 36kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Kifli^{1,7} E: 128kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	Házi csirkemáj pástétom⁷ E: 156kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 5g, Feh.: 12g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 0,3g Telj. kiörlésű kenyér¹ E: 284kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 11g, CH: 56g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Savanyú káposzta E: 16kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,4g	Kekszi^{1,3,7} E: 186kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 35g, Cuk: 8g, Só: 0,4g Gyümölcspüré E: 0kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, 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.

Tejfehérje mentes

ÉTLAP

2026. október 26 - 2026. november 1

Étkezés	2026.10.26 Hétfő	2026.10.27 Kedd	2026.10.28 Szerda	2026.10.29 Csütörtök	2026.10.30 Péntek	2026.10.31 Szombat	2026.11.01 Vasárnap
Tízórai	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, 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: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g SZENDVICS csirkemell sonkás fb¹ E: 208kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 10g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g SZENDVICS sült paprikakrémes tk¹ E: 147kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g SZENDVICS csemege szalámis fb¹ E: 333kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 7g, Feh.: 13g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 1,3g	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g SZENDVICS tavaszi felvágottas fb¹ E: 229kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 3g, Feh.: 8g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,8g		
Ebéd	Zöldségleves, Levesbetét¹ E: 104kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 1,7g Sütőtökfőzelék GM TM, Párolt csirkemellfilé E: 416kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 2g, Feh.: 23g, CH: 38g, Cuk: 3g, Só: 0,9g	Zellerkrémleves TM, Pírtott zsemlekocka^{1,9} E: 125kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 3g, Feh.: 2g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,2g Rakott sárgarépa TM E: 460kcal, Zsír: 26g, T.zsír: 1g, Feh.: 17g, CH: 36g, Cuk: 0g, Só: 1,2g	Daragaluska alap leves, Daragaluska betét^{1,3,9} E: 119kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 1,1g Sóska mártás Tm., Főtt tojás, Főtt burgonya 1/2^{1,3} E: 405kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 2g, Feh.: 12g, CH: 64g, Cuk: 20g, Só: 0,2g	Karfiolleves^{1,9} E: 168kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Finomfőzelék TM, Sült párizsi¹ E: 789kcal, Zsír: 67g, T.zsír: 7g, Feh.: 13g, CH: 32g, Cuk: 8g, Só: 1,5g	Köménymagleves, Pírtott zsemlekocka¹ E: 96kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 2g, Feh.: 2g, CH: 10g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Párolt csirkemellfilé, Alma mártás TM, Kuszkus köret¹ E: 791kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 37g, CH: 132g, Cuk: 18g, Só: 1,1g		
Uzsonna	SZENDVICS párizsis tk¹ E: 231kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	SZENDVICS paprikás szalámis tk¹ E: 314kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 6g, Feh.: 11g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,5g	SZENDVICS gépsonkás fb¹ E: 221kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 2g, Feh.: 12g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	SZENDVICS bécsi felvágottas tk¹ E: 239kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 4g, Feh.: 10g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,1g	SZENDVICS párizsis fb¹ E: 242kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,9g		

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

ÉTLAP

2026. október 26 - 2026. november 1

Tejfehérje, tojás mentes

Étkezés	2026.10.26 Hétfő	2026.10.27 Kedd	2026.10.28 Szerda	2026.10.29 Csütörtök	2026.10.30 Péntek	2026.10.31 Szombat	2026.11.01 Vasárnap
Tízórai	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, 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: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g SZENDVICS csirkemell sonkás fb¹ E: 208kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 10g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g SZENDVICS sült paprikakrémes tk¹ E: 147kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g SZENDVICS csemege szalámis fb¹ E: 333kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 7g, Feh.: 13g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 1,3g	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g SZENDVICS tavaszi felvágottas fb¹ E: 229kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 3g, Feh.: 8g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,8g		
Ebéd	Zöldségleves, Levesbetét¹ E: 104kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 1,7g Sütőtökfőzelék GM TM, Párolt csirkemellfilé E: 416kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 2g, Feh.: 23g, CH: 38g, Cuk: 3g, Só: 0,9g	Zellerkrémleves TM, Pírtott zsemlekocka^{1,9} E: 125kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 3g, Feh.: 2g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,2g Rakott sárgarépa TM E: 460kcal, Zsír: 26g, T.zsír: 1g, Feh.: 17g, CH: 36g, Cuk: 0g, Só: 1,2g	Húsleves, Levesbetét^{1,9} E: 62kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Sertéssült, Sóska mártás Tm., Főtt burgonya 1/2¹ E: 509kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 1g, Feh.: 25g, CH: 64g, Cuk: 20g, Só: 0,7g	Karfiolleves^{1,9} E: 168kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Finomfőzelék TM, Sült párizsi¹ E: 789kcal, Zsír: 67g, T.zsír: 7g, Feh.: 13g, CH: 32g, Cuk: 8g, Só: 1,5g	Köménymagleves, Pírtott zsemlekocka¹ E: 96kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 2g, Feh.: 2g, CH: 10g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Párolt csirkemellfilé, Alma mártás TM, Kuskusz köret¹ E: 791kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 37g, CH: 132g, Cuk: 18g, Só: 1,1g		
Uzsonna	SZENDVICS párizsis tk¹ E: 231kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	SZENDVICS paprikás szalámis tk¹ E: 314kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 6g, Feh.: 11g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,5g	SZENDVICS gépsonkás fb¹ E: 221kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 2g, Feh.: 12g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	SZENDVICS bécsi felvágottas tk¹ E: 239kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 4g, Feh.: 10g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,1g	SZENDVICS párizsis fb¹ E: 242kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,9g		

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

GLUTÉNMENTES

ÉTLAP

2026. október 26 - 2026. november 1

Étkezés	2026.10.26 Hétfő	2026.10.27 Kedd	2026.10.28 Szerda	2026.10.29 Csütörtök	2026.10.30 Péntek	2026.10.31 Szombat	2026.11.01 Vasárnap
Tízórai	Tej⁷ E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g 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 Gluténmentes kenyér E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g SZENDVICS csirkemell sonkás GM E: 202kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 2g, Feh.: 5g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 1,3g	Tej⁷ E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g SZENDVICS sült paprikakrémes GM E: 152kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 1g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g SZENDVICS csemege szalámis GM E: 327kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 7g, Feh.: 8g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 1,7g	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g SZENDVICS tavaszi felvágottas GM E: 292kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 3g, Feh.: 8g, CH: 36g, Cuk: 0g, Só: 1,4g		
Ebéd	Zöldségleves, Levesbetét GM E: 107kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 1,8g Süttőtőkfőzelék GM TM, Párolt csirkemellfilé E: 416kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 2g, Feh.: 23g, CH: 38g, Cuk: 3g, Só: 0,9g	Zellerkrémleves* GM TM, Pírtott kenyérkocka GM⁹ E: 121kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 17g, Cuk: 0g, Só: 0,9g Rakott sárgarépa⁷ E: 548kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 2g, Feh.: 25g, CH: 66g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	Húsleves, Levesbetét GM⁹ E: 65kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Sóska mártás GMTM, Főtt burgonya 1/2, Főtt tojás³ E: 369kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 2g, Feh.: 12g, CH: 55g, Cuk: 12g, Só: 0,2g	Karfiolleves magyaros GM⁹ E: 167kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Finomfőzelék GM, TM, Sült párizsi E: 809kcal, Zsír: 67g, T.zsír: 7g, Feh.: 12g, CH: 37g, Cuk: 8g, Só: 1,5g	Köménymagleves GM, Pírtott kenyérkocka GM E: 192kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 1g, Feh.: 1g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Párolt csirkemellfilé, Alma mártás, Párolt rizs E: 629kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 2g, Feh.: 27g, CH: 92g, Cuk: 18g, Só: 1,0g		
Uzsonna	SZENDVICS párizsis GM E: 237kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,4g	SZENDVICS paprikás szalámis GM E: 319kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 6g, Feh.: 7g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 2,0g	SZENDVICS gépsonkás GM E: 215kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 2g, Feh.: 7g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,1g	Gluténmentes kenyér E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g Kocka sajt⁷ E: 36kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	SZENDVICS párizsis GM E: 237kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,4g		

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

Glutén, tejfehérje mentes

ÉTLAP

2026. október 26 - 2026. november 1

Étkezés	2026.10.26 Hétfő	2026.10.27 Kedd	2026.10.28 Szerda	2026.10.29 Csütörtök	2026.10.30 Péntek	2026.10.31 Szombat	2026.11.01 Vasárnap
Tízórai	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, 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 Gluténmentes kenyér E: 74kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g SZENDVICS csirkemell sonkás GM E: 202kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 2g, Feh.: 5g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 1,3g	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g SZENDVICS sült paprikakrémes GM E: 152kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 1g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g SZENDVICS csemege szalámis GM E: 327kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 7g, Feh.: 8g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 1,7g	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g SZENDVICS tavaszi felvágottas GM E: 292kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 3g, Feh.: 8g, CH: 36g, Cuk: 0g, Só: 1,4g		
Ebéd	Zöldségleves, Levesbetét GM E: 107kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 1,8g Süttőtfőzelék GM TM, Párolt csirkemellfilé E: 416kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 2g, Feh.: 23g, CH: 38g, Cuk: 3g, Só: 0,9g	Zellerkrémleves* GM TM, Pirított kenyérkocka GM⁹ E: 121kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 17g, Cuk: 0g, Só: 0,9g Rakott sárgarépa TM E: 460kcal, Zsír: 26g, T.zsír: 1g, Feh.: 17g, CH: 36g, Cuk: 0g, Só: 1,2g	Húsleves, Levesbetét GM⁹ E: 65kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Sóska mártás GMTM, Főtt burgonya 1/2, Főtt tojás³ E: 369kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 2g, Feh.: 12g, CH: 55g, Cuk: 12g, Só: 0,2g	Karfiolleves magyaros GM⁹ E: 167kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Finomfőzelék GM, TM, Sült párizsi E: 809kcal, Zsír: 67g, T.zsír: 7g, Feh.: 12g, CH: 37g, Cuk: 8g, Só: 1,5g	Köménymagleves GM, Pirított kenyérkocka GM E: 192kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 1g, Feh.: 1g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Párolt csirkemellfilé, Alma mártás, Párolt rizs E: 629kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 2g, Feh.: 27g, CH: 92g, Cuk: 18g, Só: 1,0g		
Uzsonna	SZENDVICS párizsis GM E: 237kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,4g	SZENDVICS paprikás szalámis GM E: 319kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 6g, Feh.: 7g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 2,0g	SZENDVICS gépsonkás GM E: 215kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 2g, Feh.: 7g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,1g	SZENDVICS bécsi felvágottas GM E: 245kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 4g, Feh.: 5g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,5g	SZENDVICS párizsis GM E: 237kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,4g		

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!

2026. október 26 - 2026. november 1

Vegetariánus

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

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket.

A változás jogát fenntartjuk!

Diab 20-50-15g ch

ÉTLAP

2026. október 26 - 2026. november 1

Étkezés	2026.10.26 Hétfő	2026.10.27 Kedd	2026.10.28 Szerda	2026.10.29 Csütörtök	2026.10.30 Péntek	2026.10.31 Szombat	2026.11.01 Vasárnap
Tízórai	Diab. gyümölcs tea E: 5kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g SZENDVICS trappista sajtos tk^{1,7} E: 276kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 7g, Feh.: 13g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Diab. gyümölcs tea E: 5kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g SZENDVICS csirkemell sonkás fb¹ E: 208kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 10g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	Diab. gyümölcs tea E: 5kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g SZENDVICS sült paprikakrémes tk¹ E: 147kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Diab. gyümölcs tea E: 5kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g SZENDVICS csemege szalámis fb¹ E: 333kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 7g, Feh.: 13g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 1,3g	Diab. gyümölcs tea E: 5kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g SZENDVICS tavaszi felvágottas fb¹ E: 229kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 3g, Feh.: 8g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,8g		
Ebéd	Zöldségleves, Levesbetét¹ E: 104kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 1,7g Párolt csirkemellfilé, Sütőtökfőzelék^{1,7} E: 419kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 2g, Feh.: 25g, CH: 36g, Cuk: 3g, Só: 1,0g	Zellerkrémleves, Pirított zsemlekocka^{1,7,9} E: 160kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,3g Rakott sárgarépa⁷ E: 548kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 2g, Feh.: 25g, CH: 66g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	Húsleves, Levesbetét^{1,9} E: 62kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Főtt tojás, Főtt burgonya 1/2, Sóska mártás^{1,3,7} E: 410kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 3g, Feh.: 15g, CH: 57g, Cuk: 9g, Só: 0,3g	Karfiolleves^{1,9} E: 168kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Finomfőzelék, Sült párizsi^{1,7} E: 746kcal, Zsír: 63g, T.zsír: 7g, Feh.: 14g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 1,6g	Köménymagleves¹ E: 55kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 5g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Párolt csirkemellfilé, Alma mártás diab., Kuszkus köret^{1,7} E: 735kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 3g, Feh.: 37g, CH: 113g, Cuk: 0g, Só: 1,1g		
Uzsonna	SZENDVICS párizsis tk¹ E: 231kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	SZENDVICS paprikás szalámis tk¹ E: 314kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 6g, Feh.: 11g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,5g	SZENDVICS gépsonkás fb¹ E: 221kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 2g, Feh.: 12g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	Kocka sajt⁷ E: 36kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Félbarna kenyér¹ E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	SZENDVICS párizsis fb¹ E: 242kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,9g		

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.

Sertéshúsmentes

ÉTLAP

2026. október 26 - 2026. november 1

Étkezés	2026.10.26 Hétfő	2026.10.27 Kedd	2026.10.28 Szerda	2026.10.29 Csütörtök	2026.10.30 Péntek	2026.10.31 Szombat	2026.11.01 Vasárnap
Tízórai	Tej ⁷ E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g 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 Félbarna kenyér ¹ E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g SZENDVICS csirkemell sonkás fb ¹ E: 208kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 10g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	Tej ⁷ E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g SZENDVICS sült paprikakrém tk ¹ E: 147kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g Foszlós kalács ^{1,3,7} E: 435kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 5g, Feh.: 13g, CH: 70g, Cuk: 8g, Só: 0,3g	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g SZENDVICS vajkrém fb ^{1,7} E: 206kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 4g, Feh.: 5g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,0g		
Ebéd	Zöldségleves, Levesbetét ¹ E: 104kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 1,7g Párolt csirkemellfilé, Sütőtökfőzelék ^{1,7} E: 419kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 2g, Feh.: 25g, CH: 36g, Cuk: 3g, Só: 1,0g	Zellerkrémleves, Pírtott zsemlekocka ^{1,7,9} E: 160kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,3g Rakott sárgarépa szójával ^{6,7} E: 332kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 5g, Feh.: 17g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 1,1g	Daragaluska alap leves, Daragaluska betét ^{1,3,9} E: 119kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 1,1g Főtt tojás, Főtt burgonya 1/2, Sóska mártás ^{1,3,7} E: 410kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 3g, Feh.: 15g, CH: 57g, Cuk: 9g, Só: 0,3g	Karfiolleves ^{1,9} E: 168kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Finomfőzelék, Vegaburger ^{1,6,7} E: 318kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 3g, Feh.: 16g, CH: 30g, Cuk: 4g, Só: 1,1g	Köménymagleves, Pírtott zsemlekocka ¹ E: 96kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 2g, Feh.: 2g, CH: 10g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Vegaburger, Alma mártás, Kuskusz köret ^{1,6,7} E: 767kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 3g, Feh.: 25g, CH: 132g, Cuk: 20g, Só: 1,4g		
Uzsonna	SZENDVICS trappista sajtos tk ^{1,7} E: 276kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 7g, Feh.: 13g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	SZENDVICS trappista sajtos tk ^{1,7} E: 276kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 7g, Feh.: 13g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	SZENDVICS trappista sajtos fb ^{1,7} E: 288kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 7g, Feh.: 13g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Kocka sajt ⁷ E: 36kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Félbarna kenyér ¹ E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	SZENDVICS trappista sajtos tk ^{1,7} E: 276kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 7g, Feh.: 13g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,0g		

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

2026. október 26 - 2026. november 1

Tej és Laktózmentes

Étkezés	2026.10.26 Hétfő	2026.10.27 Kedd	2026.10.28 Szerda	2026.10.29 Csütörtök	2026.10.30 Péntek	2026.10.31 Szombat	2026.11.01 Vasárnap
Tízórai	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, 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: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g SZENDVICS csirkemell sonkás fb¹ E: 208kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 10g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g SZENDVICS sült paprikakrémes tk¹ E: 147kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g SZENDVICS csemege szalámis fb¹ E: 333kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 7g, Feh.: 13g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 1,3g	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g SZENDVICS tavaszi felvágottas fb¹ E: 229kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 3g, Feh.: 8g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,8g		
Ebéd	Zöldségleves, Levesbetét¹ E: 104kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 1,7g Sütőtökfőzelék GM TM, Párolt csirkemellfilé E: 416kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 2g, Feh.: 23g, CH: 38g, Cuk: 3g, Só: 0,9g	Zellerkrémleves TM, Pírtott zsemlekocka^{1,9} E: 125kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 3g, Feh.: 2g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,2g Rakott sárgarépa TM E: 460kcal, Zsír: 26g, T.zsír: 1g, Feh.: 17g, CH: 36g, Cuk: 0g, Só: 1,2g	Daragaluska alap leves, Daragaluska betét^{1,3,9} E: 119kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 1,1g Sóska mártás Tm., Főtt tojás, Főtt burgonya 1/2^{1,3} E: 405kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 2g, Feh.: 12g, CH: 64g, Cuk: 20g, Só: 0,2g	Karfiolleves^{1,9} E: 168kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Finomfőzelék TM, Sült párizsi¹ E: 789kcal, Zsír: 67g, T.zsír: 7g, Feh.: 13g, CH: 32g, Cuk: 8g, Só: 1,5g	Köménymagleves, Pírtott zsemlekocka¹ E: 96kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 2g, Feh.: 2g, CH: 10g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Párolt csirkemellfilé, Alma mártás TM, Kuszkus köret¹ E: 791kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 37g, CH: 132g, Cuk: 18g, Só: 1,1g		
Uzsonna	SZENDVICS párizsis tk¹ E: 231kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	SZENDVICS paprikás szalámis tk¹ E: 314kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 6g, Feh.: 11g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,5g	SZENDVICS gépsonkás fb¹ E: 221kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 2g, Feh.: 12g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	SZENDVICS bécsi felvágottas tk¹ E: 239kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 4g, Feh.: 10g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,1g	SZENDVICS párizsis fb¹ E: 242kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,9g		

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

2026. október 26 - 2026. november 1

Étkezés	2026.10.26 Hétfő	2026.10.27 Kedd	2026.10.28 Szerda	2026.10.29 Csütörtök	2026.10.30 Péntek	2026.10.31 Szombat	2026.11.01 Vasárnap
Tízórai	Tej⁷ E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g 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 Félbarna kenyér¹ E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g SZENDVICS csirkemell sonkás fb¹ E: 208kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 10g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	Tej⁷ E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g SZENDVICS sült paprikakrém tk¹ E: 147kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g Foszlós kalács^{1,3,7} E: 435kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 5g, Feh.: 13g, CH: 70g, Cuk: 8g, Só: 0,3g	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g SZENDVICS vajkrém fb^{1,7} E: 206kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 4g, Feh.: 5g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,0g		
Ebéd	Zöldségleves, Levesbetét¹ E: 104kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 1,7g Sütőtökfőzelék, Párolt csirkemellfilé^{1,7} E: 419kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 2g, Feh.: 25g, CH: 36g, Cuk: 3g, Só: 1,0g	Zellerkrémleves, Pirított zsemlekocka^{1,7,9} E: 160kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,3g Rakott sárgarépa⁷ E: 548kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 2g, Feh.: 25g, CH: 66g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	Daragaluska alap leves, Daragaluska betét^{1,3,9} E: 119kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 1,1g Főtt tojás, Főtt burgonya 1/2, Sóska mártás^{1,3,7} E: 410kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 3g, Feh.: 15g, CH: 57g, Cuk: 9g, Só: 0,3g	Karfiolleves^{1,9} E: 168kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Karotta főzelék, Sült párizsi^{1,7} E: 761kcal, Zsír: 63g, T.zsír: 7g, Feh.: 11g, CH: 35g, Cuk: 6g, Só: 1,9g	Köménymagleves, Pirított zsemlekocka¹ E: 96kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 2g, Feh.: 2g, CH: 10g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Párolt csirkemellfilé, Alma mártás, Kuskusz köret^{1,7} E: 796kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 2g, Feh.: 37g, CH: 131g, Cuk: 20g, Só: 1,1g		
Uzsonna	SZENDVICS párizsis tk¹ E: 231kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	SZENDVICS paprikás szalámis tk¹ E: 314kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 6g, Feh.: 11g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,5g	SZENDVICS gépsonkás fb¹ E: 221kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 2g, Feh.: 12g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	Kocka sajt⁷ E: 36kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Félbarna kenyér¹ E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	SZENDVICS párizsis fb¹ E: 242kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,9g		

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.

Olajosmagmentes

ÉTLAP

2026. október 26 - 2026. november 1

Étkezés	2026.10.26 Hétfő	2026.10.27 Kedd	2026.10.28 Szerda	2026.10.29 Csütörtök	2026.10.30 Péntek	2026.10.31 Szombat	2026.11.01 Vasárnap
Tízórai	Tej⁷ E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g 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 Félbarna kenyér¹ E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g SZENDVICS csirkemell sonkás fb¹ E: 208kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 10g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	Tej⁷ E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g SZENDVICS sült paprikakrémes fb¹ E: 158kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g SZENDVICS csemege szalámis fb¹ E: 333kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 7g, Feh.: 13g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 1,3g	Gyümölcs tea E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g SZENDVICS tavaszi felvágottas fb¹ E: 229kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 3g, Feh.: 8g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,8g		
Ebéd	Zöldségleves, Levesbetét¹ E: 104kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 1,7g Sütőtökfőzelék, Párolt csirkemellfilé^{1,7} E: 419kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 2g, Feh.: 25g, CH: 36g, Cuk: 3g, Só: 1,0g	Zellerkrémleves, Pirított zsemlekocka^{1,7,9} E: 160kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,3g Rakott sárgarépa⁷ E: 548kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 2g, Feh.: 25g, CH: 66g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	Daragaluska alap leves, Daragaluska betét^{1,3,9} E: 119kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 1,1g Főtt tojás, Főtt burgonya 1/2, Sóska mártás^{1,3,7} E: 410kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 3g, Feh.: 15g, CH: 57g, Cuk: 9g, Só: 0,3g	Karfiolleves^{1,9} E: 168kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Finomfőzelék, Sült párizsi^{1,7} E: 727kcal, Zsír: 61g, T.zsír: 6g, Feh.: 14g, CH: 29g, Cuk: 4g, Só: 1,2g	Köménymagleves, Pirított zsemlekocka¹ E: 96kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 2g, Feh.: 2g, CH: 10g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Párolt csirkemellfilé, Alma mártás, Kuskusz köret^{1,7} E: 796kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 2g, Feh.: 37g, CH: 131g, Cuk: 20g, Só: 1,1g		
Uzsonna	SZENDVICS párizsis fb¹ E: 242kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	SZENDVICS paprikás szalámis fb¹ E: 325kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 6g, Feh.: 11g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 1,5g	SZENDVICS gépsonkás fb¹ E: 221kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 2g, Feh.: 12g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	Félbarna kenyér¹ E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Kocka sajt⁷ E: 36kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	SZENDVICS párizsis fb¹ E: 242kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,9g		

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.