ÉTLAP

ALAP DIÉTÁK

2026. november 9 - 2026. november 15

Étkezés	2026.11.09 Hétfõ	2026.11.10 Kedd	2026.11.11 Szerda	2026.11.12 Csütörtök	2026.11.13 Péntek	2026.11.14 Szombat	2026.11.15 Vasárnap
Tízórai	**Karamellás tej**[7] E: 153kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 2g, Feh.: 9g, CH: 21g, Cuk: 8g, Só: 0,3g **Kuglóf**[1,3,7] E: 470kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 4g, Feh.: 10g, CH: 70g, Cuk: 10g, Só: 1,0g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **Napraforgómagvas vajkrém**[7] E: 169kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 8g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g **Félbarna kenyér**[1] E: 259kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 10g, CH: 52g, Cuk: 0g, Só: 0,1g **Paradicsom** E: 11kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	**Tej 1.5%**[7] E: 146kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 2g, Feh.: 10g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,4g **Teljes kiõrlésû Kakaós csiga**[1,3,7] E: 309kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 55g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **Fõtt tojás kisétkezés**[3] E: 50kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g **Margarin** E: 36kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g **Félbarna kenyér**[1] E: 259kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 10g, CH: 52g, Cuk: 0g, Só: 0,1g **Reszelt sárgarépa** E: 20kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	**Tej 1.5%**[7] E: 97kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 2g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,3g **Bajor rozskenyér tk.**[1] E: 154kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,7g **Padlizsánkrém**[1,3,7,10] E: 118kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 2g, Feh.: 2g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,6g **Tv paprika** E: 10kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g		
Ebéd	**Lebbencsleves**[1] E: 156kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 0,5g **Csikós tokány, Párolt rizs**[1,7] E: 685kcal, Zsír: 18g, T.zsír: 2g, Feh.: 32g, CH: 94g, Cuk: 0g, Só: 0,3g **Narancs** E: 62kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	**Bakonyi betyárleves**[1,7] E: 310kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 5g, Feh.: 20g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 1,5g **Gránátos kocka (Burgonyás tészta)**[1] E: 583kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 1g, Feh.: 17g, CH: 105g, Cuk: 0g, Só: 0,1g **Csemege uborka**[10] E: 11kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	**Vajgaluska leves, Vajgaluska**[1] E: 142kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 1,1g **Paradicsomos káposzta, Köménymagos sertés szelet**[1] E: 534kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 1g, Feh.: 31g, CH: 53g, Cuk: 10g, Só: 1,0g **Kenyér**[1] E: 78kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	**Paszternákkrémleves, Pirított zsemlekocka**[1,7] E: 245kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 5g, Feh.: 4g, CH: 30g, Cuk: 0g, Só: 0,5g **Panírozott sajtos halfilé, Kukoricás rizs, Tartármártás**[1,3,4,7,10] E: 671kcal, Zsír: 29g, T.zsír: 6g, Feh.: 25g, CH: 76g, Cuk: 3g, Só: 2,0g	**Tejfölös burgonyaleves**[1,7] E: 173kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 2g, Feh.: 3g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,1g **Tarhonyás hús**[1] E: 677kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 1g, Feh.: 46g, CH: 71g, Cuk: 0g, Só: 0,8g **Csemege uborka**[10] E: 11kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,5g		
Uzsonna	**Telj.kiõrlésû zsemle**[1] E: 159kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,0g **Margarin** E: 36kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g **Diákcsemege** E: 100kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g **Jégcsap retek** E: 6kcal, 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 **Zsemle**[1,7] E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g **Edami sajt szelet**[7] E: 141kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 7g, Feh.: 10g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	**Margarin** E: 36kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g **Bécsi felvágott** E: 98kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 3g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 1,0g **Zsemle**[1,7] E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,5g **Kígyóuborka** E: 5kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	**Sajtkrém**[7] E: 139kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 7g, Feh.: 6g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 1,4g **Kifli**[1,7] E: 128kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	**Csokis croissant**[1,3,7] E: 235kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 5g, Feh.: 4g, CH: 21g, Cuk: 7g, Só: 0,4g		

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. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestûek 14. Csillagfürt

Ételeink az összetevõként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket.

A változás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

Tejfehérje mentes

2026. november 9 - 2026. november 15

Étkezés	2026.11.09 Hétfõ	2026.11.10 Kedd	2026.11.11 Szerda	2026.11.12 Csütörtök	2026.11.13 Péntek	2026.11.14 Szombat	2026.11.15 Vasárnap
Tízórai	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS zala felvágottas fb**[1] E: 249kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 4g, 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 húskrémes fb**[1] E: 209kcal, 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 padlizsánkrémes tk**[1] E: 124kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS paprikás szalámis fb**[1] E: 325kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 6g, Feh.: 11g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 1,5g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS csirkemell sonkás tk**[1] E: 197kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 2g, Feh.: 9g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,9g		
Ebéd	**Lebbencsleves**[1] E: 132kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,4g **Borsos tokány(sertés), Párolt rizs**[1] E: 503kcal, Zsír: 18g, T.zsír: 1g, Feh.: 23g, CH: 60g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**Sertés raguleves** E: 182kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 15g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 1,1g **Gránátos kocka (Burgonyás tészta)**[1] E: 525kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 1g, Feh.: 15g, CH: 95g, Cuk: 0g, Só: 0,1g **Csemege uborka**[10] E: 10kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,4g	**Daragaluska alap leves, Daragaluska betét**[1,3,9] E: 119kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 1,1g **Köménymagos sertés szelet, Paradicsomos káposzta**[1] E: 525kcal, Zsír: 23g, T.zsír: 2g, Feh.: 28g, CH: 50g, Cuk: 9g, Só: 1,4g	**Paszternákkrémleves TM, Pirított zsemlekocka**[1] E: 203kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 2g, Feh.: 3g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,4g **Zöldfûszeres párolt halfilé, Kukoricás rizs**[4] E: 457kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 2g, Feh.: 22g, CH: 56g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	**Burgonyaleves TM**[1,9] E: 186kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,4g **Tarhonyás hús**[1] E: 622kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 1g, Feh.: 42g, CH: 63g, Cuk: 0g, Só: 0,7g **Csemege uborka**[10] E: 10kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,4g		
Uzsonna	**SZENDVICS csemege szalámis tk**[1] E: 325kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 7g, Feh.: 12g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 1,3g	**SZENDVICS párizsis tk**[1] E: 231kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	**SZENDVICS bécsi felvágottas tk**[1] E: 239kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 4g, Feh.: 10g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,1g	**SZENDVICS gépsonkás tk**[1] E: 210kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 2g, Feh.: 11g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**SZENDVICS növényi sajtkrémes tk**[1] E: 179kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 6g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,5g		

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. Puhatestûek 14. Csillagfürt

Ételeink az összetevõként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket.

A változás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

Tejfehérje, tojás mentes

2026. november 9 - 2026. november 15

Étkezés	2026.11.09 Hétfõ	2026.11.10 Kedd	2026.11.11 Szerda	2026.11.12 Csütörtök	2026.11.13 Péntek	2026.11.14 Szombat	2026.11.15 Vasárnap
Tízórai	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS zala felvágottas fb**[1] E: 249kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 4g, 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 húskrémes fb**[1] E: 209kcal, 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 padlizsánkrémes tk**[1] E: 124kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS paprikás szalámis fb**[1] E: 325kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 6g, Feh.: 11g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 1,5g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS csirkemell sonkás tk**[1] E: 197kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 2g, Feh.: 9g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,9g		
Ebéd	**Lebbencsleves**[1] E: 132kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,4g **Borsos tokány(sertés), Párolt rizs**[1] E: 503kcal, Zsír: 18g, T.zsír: 1g, Feh.: 23g, CH: 60g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**Sertés raguleves** E: 182kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 15g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 1,1g **Gránátos kocka (Burgonyás tészta)**[1] E: 525kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 1g, Feh.: 15g, CH: 95g, Cuk: 0g, Só: 0,1g **Csemege uborka**[10] E: 10kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,4g	**Húsleves, Levesbetét**[1,9] E: 62kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 0,6g **Köménymagos sertés szelet, Paradicsomos káposzta**[1] E: 525kcal, Zsír: 23g, T.zsír: 2g, Feh.: 28g, CH: 50g, Cuk: 9g, Só: 1,4g	**Paszternákkrémleves TM, Pirított zsemlekocka**[1] E: 203kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 2g, Feh.: 3g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,4g **Zöldfûszeres párolt halfilé, Kukoricás rizs**[4] E: 457kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 2g, Feh.: 22g, CH: 56g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	**Burgonyaleves TM**[1,9] E: 186kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,4g **Tarhonyás hús**[1] E: 622kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 1g, Feh.: 42g, CH: 63g, Cuk: 0g, Só: 0,7g **Csemege uborka**[10] E: 10kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,4g		
Uzsonna	**SZENDVICS csemege szalámis tk**[1] E: 325kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 7g, Feh.: 12g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 1,3g	**SZENDVICS párizsis tk**[1] E: 231kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	**SZENDVICS bécsi felvágottas tk**[1] E: 239kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 4g, Feh.: 10g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,1g	**SZENDVICS gépsonkás tk**[1] E: 210kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 2g, Feh.: 11g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**SZENDVICS növényi sajtkrémes tk**[1] E: 179kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 6g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,5g		

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. Puhatestûek 14. Csillagfürt

Ételeink az összetevõként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket.

A változás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

GLUTÉNMENTES

2026. november 9 - 2026. november 15

Étkezés	2026.11.09 Hétfõ	2026.11.10 Kedd	2026.11.11 Szerda	2026.11.12 Csütörtök	2026.11.13 Péntek	2026.11.14 Szombat	2026.11.15 Vasárnap
Tízórai	**Tej**[7] E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g **SZENDVICS zala felvágottas GM** E: 243kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 4g, 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 húskrémes GM** E: 204kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 2g, Feh.: 5g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 1,3g	**Tej**[7] E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g **SZENDVICS padlizsánkrémes GM** E: 129kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS paprikás szalámis GM** E: 319kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 6g, Feh.: 7g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 2,0g	**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		
Ebéd	**Lebbencsleves GM**[9] E: 201kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 2g, Feh.: 3g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,5g **Borsos tokány GM, Párolt rizs** E: 521kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 1g, Feh.: 23g, CH: 59g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**Sertés raguleves** E: 182kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 15g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 1,1g **Gránátos kocka GM** E: 484kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 81g, Cuk: 0g, Só: 0,9g **Csemege uborka**[10] E: 10kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,4g	**Húsleves, Levesbetét GM**[9] E: 65kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,6g **Paradicsomos káposzta GM, Köménymagos sertés szelet** E: 484kcal, Zsír: 24g, T.zsír: 2g, Feh.: 26g, CH: 40g, Cuk: 8g, Só: 1,8g	**Paszternákkrémleves GM, Pirított kenyérkocka GM** E: 137kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,5g **Zöldfûszeres párolt halfilé, Kukoricás rizs**[4] E: 457kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 2g, Feh.: 22g, CH: 56g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	**Burgonyaleves GM**[7,9] E: 242kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 2g, Feh.: 6g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,5g **Tarhonyás hús GM** E: 507kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 1g, Feh.: 22g, CH: 65g, Cuk: 0g, Só: 0,7g **Csemege uborka**[10] E: 10kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,4g		
Uzsonna	**SZENDVICS csemege szalámis GM** E: 327kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 7g, Feh.: 8g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 1,7g	**SZENDVICS párizsis GM** E: 237kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,4g	**SZENDVICS bécsi felvágottas GM** E: 245kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 4g, Feh.: 5g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,5g	**SZENDVICS gépsonkás GM** E: 215kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 2g, Feh.: 7g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,1g	**SZENDVICS növényi sajtkrémes GM** E: 185kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 3g, Feh.: 2g, CH: 24g, 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. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestûek 14. Csillagfürt

Ételeink az összetevõként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket.

A változás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

Glutén, tejfehérje mentes

2026. november 9 - 2026. november 15

Étkezés	2026.11.09 Hétfõ	2026.11.10 Kedd	2026.11.11 Szerda	2026.11.12 Csütörtök	2026.11.13 Péntek	2026.11.14 Szombat	2026.11.15 Vasárnap
Tízórai	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS zala felvágottas GM** E: 243kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 4g, 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 húskrémes GM** E: 204kcal, 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 padlizsánkrémes GM** E: 129kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS paprikás szalámis GM** E: 319kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 6g, Feh.: 7g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 2,0g	**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		
Ebéd	**Lebbencsleves GM**[9] E: 201kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 2g, Feh.: 3g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,5g **Borsos tokány GM, Párolt rizs** E: 521kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 1g, Feh.: 23g, CH: 59g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**Sertés raguleves** E: 182kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 15g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 1,1g **Gránátos kocka GM** E: 484kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 81g, Cuk: 0g, Só: 0,9g **Csemege uborka**[10] E: 10kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,4g	**Húsleves, Levesbetét GM**[9] E: 65kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,6g **Paradicsomos káposzta GM, Köménymagos sertés szelet** E: 484kcal, Zsír: 24g, T.zsír: 2g, Feh.: 26g, CH: 40g, Cuk: 8g, Só: 1,8g	**Paszternákkrémleves GM, Pirított kenyérkocka GM** E: 137kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,5g **Zöldfûszeres párolt halfilé, Kukoricás rizs**[4] E: 457kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 2g, Feh.: 22g, CH: 56g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	**Burgonyaleves GMTM**[9] E: 189kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,4g **Tarhonyás hús GM** E: 507kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 1g, Feh.: 22g, CH: 65g, Cuk: 0g, Só: 0,7g **Csemege uborka**[10] E: 10kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,4g		
Uzsonna	**SZENDVICS csemege szalámis GM** E: 327kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 7g, Feh.: 8g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 1,7g	**SZENDVICS párizsis GM** E: 237kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,4g	**SZENDVICS bécsi felvágottas GM** E: 245kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 4g, Feh.: 5g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,5g	**SZENDVICS gépsonkás GM** E: 215kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 2g, Feh.: 7g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,1g	**SZENDVICS növényi sajtkrémes GM** E: 185kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 3g, Feh.: 2g, CH: 24g, 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. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestûek 14. Csillagfürt

Ételeink az összetevõként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket.

A változás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

Vegetariánus

2026. november 9 - 2026. november 15

Étkezés	2026.11.09 Hétfõ	2026.11.10 Kedd	2026.11.11 Szerda	2026.11.12 Csütörtök	2026.11.13 Péntek	2026.11.14 Szombat	2026.11.15 Vasárnap
Tízórai	**Tej**[7] E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g **Kuglóf**[1,3,7] E: 235kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 2g, Feh.: 5g, CH: 35g, Cuk: 5g, Só: 0,5g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS növényi sajtkrémes fb**[1] E: 190kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,4g	**Tej**[7] E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g **SZENDVICS padlizsánkrémes tk**[1] E: 124kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS gouda sajtos fb**[1,7] E: 282kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 6g, Feh.: 12g, 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 padlizsánkrémes tk**[1] E: 124kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,0g		
Ebéd	**Lebbencsleves Epés-Vega**[1,9] E: 173kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,5g **Rántott brokkoli, Párolt rizs**[1,3,7] E: 344kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 60g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	**Zöldségragu leves**[9] E: 78kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 2,7g **Gránátos kocka (Burgonyás tészta)**[1] E: 525kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 1g, Feh.: 15g, CH: 95g, Cuk: 0g, Só: 0,1g **Csemege uborka**[10] E: 10kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,4g	**Daragaluska alap leves, Daragaluska betét**[1,3,9] E: 119kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 1,1g **Falafel golyók, Paradicsomos káposzta**[1] E: 673kcal, Zsír: 38g, T.zsír: 4g, Feh.: 14g, CH: 69g, Cuk: 9g, Só: 1,1g	**Paszternákkrémleves, Pirított zsemlekocka**[1,7] E: 224kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 5g, Feh.: 4g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,4g **Rántott gomba, Kukoricás rizs**[1,3] E: 555kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 3g, Feh.: 16g, CH: 73g, Cuk: 0g, Só: 1,4g	**Tejfölös burgonyaleves**[1,7] E: 157kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 2g, Feh.: 3g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,1g **Tarhonyás szója**[1,6] E: 470kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 26g, CH: 72g, Cuk: 0g, Só: 0,4g **Csemege uborka**[10] E: 10kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,4g		
Uzsonna	**SZENDVICS trappista sajtos tk**[1,7] E: 276kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 7g, Feh.: 13g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	**Sajtos pogácsa**[1,3,7] E: 230kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 0g, Feh.: 11g, CH: 20g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	**Teljes kiõrlésû Kakaós csiga**[1,3,7] E: 155kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	**Natúr joghurt**[7] E: 83kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 8g, Cuk: 0g, Só: 0,2g **Félbarna kenyér**[1] E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	**Csokis croissant**[1,3,7] E: 235kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 5g, Feh.: 4g, CH: 21g, Cuk: 7g, Só: 0,4g		

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. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestûek 14. Csillagfürt

Ételeink az összetevõként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket.

A változás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

Diab 20-50-15g ch

2026. november 9 - 2026. november 15

Étkezés	2026.11.09 Hétfõ	2026.11.10 Kedd	2026.11.11 Szerda	2026.11.12 Csütörtök	2026.11.13 Péntek	2026.11.14 Szombat	2026.11.15 Vasárnap
Tízórai	**Diab. gyümölcs tea** E: 5kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g **SZENDVICS zala felvágottas fb**[1] E: 249kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 4g, 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 húskrémes fb**[1] E: 209kcal, 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 padlizsánkrémes tk**[1] E: 124kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	**Diab. gyümölcs tea** E: 5kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g **SZENDVICS paprikás szalámis fb**[1] E: 325kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 6g, Feh.: 11g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 1,5g	**Diab. gyümölcs tea** E: 5kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g **SZENDVICS csirkemell sonkás tk**[1] E: 197kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 2g, Feh.: 9g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,9g		
Ebéd	**Lebbencsleves**[1] E: 132kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,4g **Borsos tokány(sertés), Párolt rizs**[1] E: 503kcal, Zsír: 18g, T.zsír: 1g, Feh.: 23g, CH: 60g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**Sertés raguleves** E: 182kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 15g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 1,1g **Metélt tészta, Baracklekvár öntet**[1] E: 422kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 13g, CH: 84g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	**Húsleves, Levesbetét**[1,9] E: 62kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 0,6g **Paradicsomos káposzta , Köménymagos sertés szelet**[1] E: 453kcal, Zsír: 24g, T.zsír: 2g, Feh.: 26g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 1,8g	**Paszternákkrémleves**[1,7] E: 184kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 3g, Feh.: 3g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 0,4g **Zöldfûszeres párolt halfilé, Párolt rizs**[4] E: 459kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 2g, Feh.: 22g, CH: 58g, Cuk: 0g, Só: 0,7g	**Tejfölös burgonyaleves**[1,7] E: 157kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 2g, Feh.: 3g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,1g **Tarhonyás hús**[1] E: 622kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 1g, Feh.: 42g, CH: 63g, Cuk: 0g, Só: 0,7g **Csemege uborka**[10] E: 10kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,4g		
Uzsonna	**SZENDVICS csemege szalámis tk**[1] E: 325kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 7g, Feh.: 12g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 1,3g	**SZENDVICS párizsis tk**[1] E: 231kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	**SZENDVICS bécsi felvágottas tk**[1] E: 239kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 4g, Feh.: 10g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,1g	**SZENDVICS gépsonkás tk**[1] E: 210kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 2g, Feh.: 11g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**SZENDVICS növényi sajtkrémes tk**[1] E: 179kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 6g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,5g		

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. Puhatestûek 14. Csillagfürt

Ételeink az összetevõként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket.

A változás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

Sertéshúsmentes

2026. november 9 - 2026. november 15

Étkezés	2026.11.09 Hétfõ	2026.11.10 Kedd	2026.11.11 Szerda	2026.11.12 Csütörtök	2026.11.13 Péntek	2026.11.14 Szombat	2026.11.15 Vasárnap
Tízórai	**Tej**[7] E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g **Kuglóf**[1,3,7] E: 188kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 28g, Cuk: 4g, Só: 0,4g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS húskrémes fb**[1] E: 209kcal, 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 padlizsánkrémes tk**[1] E: 124kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS gouda sajtos fb**[1,7] E: 282kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 6g, Feh.: 12g, 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 csirkemell sonkás tk**[1] E: 197kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 2g, Feh.: 9g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,9g		
Ebéd	**Lebbencsleves Epés-Vega**[1,9] E: 148kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,4g **Rántott brokkoli, Párolt rizs**[1,3,7] E: 252kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 8g, CH: 45g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	**Zöldségragu leves**[9] E: 78kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 2,7g **Gránátos kocka (Burgonyás tészta)**[1] E: 292kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 8g, CH: 53g, Cuk: 0g, Só: 0,0g **Csemege uborka**[10] E: 6kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	**Daragaluska alap leves, Daragaluska betét**[1,3,9] E: 74kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 0,6g **Falafel golyók, Paradicsomos káposzta**[1] E: 522kcal, Zsír: 33g, T.zsír: 4g, Feh.: 11g, CH: 47g, Cuk: 5g, Só: 0,8g	**Paszternákkrémleves, Pirított zsemlekocka**[1,7] E: 125kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 3g, Feh.: 2g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,3g **Zöldfûszeres párolt halfilé, Kukoricás rizs**[4] E: 336kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 2g, Feh.: 20g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	**Tejfölös burgonyaleves**[1,7] E: 82kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 1g, CH: 8g, Cuk: 0g, Só: 0,1g **Tarhonyás hús szárnyasból**[1] E: 472kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 1g, Feh.: 27g, CH: 63g, Cuk: 0g, Só: 0,4g **Csemege uborka**[10] E: 6kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,2g		
Uzsonna	**SZENDVICS trappista sajtos tk**[1,7] E: 276kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 7g, Feh.: 13g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	**Sajtos pogácsa**[1,3,7] E: 230kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 0g, Feh.: 11g, CH: 20g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	**Teljes kiõrlésû Kakaós csiga**[1,3,7] E: 155kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	**Natúr joghurt**[7] E: 83kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 8g, Cuk: 0g, Só: 0,2g **Félbarna kenyér**[1] E: 104kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	**Csokis croissant**[1,3,7] E: 235kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 5g, Feh.: 4g, CH: 21g, Cuk: 7g, Só: 0,4g		

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. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestûek 14. Csillagfürt

Ételeink az összetevõként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket.

A változás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

Tej és Laktózmentes

2026. november 9 - 2026. november 15

Étkezés	2026.11.09 Hétfõ	2026.11.10 Kedd	2026.11.11 Szerda	2026.11.12 Csütörtök	2026.11.13 Péntek	2026.11.14 Szombat	2026.11.15 Vasárnap
Tízórai	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS zala felvágottas fb**[1] E: 249kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 4g, 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 húskrémes fb**[1] E: 209kcal, 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 padlizsánkrémes tk**[1] E: 124kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS paprikás szalámis fb**[1] E: 325kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 6g, Feh.: 11g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 1,5g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS csirkemell sonkás tk**[1] E: 197kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 2g, Feh.: 9g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,9g		
Ebéd	**Lebbencsleves**[1] E: 132kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,4g **Borsos tokány(sertés), Párolt rizs**[1] E: 503kcal, Zsír: 18g, T.zsír: 1g, Feh.: 23g, CH: 60g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**Sertés raguleves** E: 182kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 15g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 1,1g **Gránátos kocka (Burgonyás tészta)**[1] E: 525kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 1g, Feh.: 15g, CH: 95g, Cuk: 0g, Só: 0,1g **Csemege uborka**[10] E: 10kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,4g	**Daragaluska alap leves, Daragaluska betét**[1,3,9] E: 119kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 1,1g **Köménymagos sertés szelet, Paradicsomos káposzta**[1] E: 525kcal, Zsír: 23g, T.zsír: 2g, Feh.: 28g, CH: 50g, Cuk: 9g, Só: 1,4g	**Paszternákkrémleves TM, Pirított zsemlekocka**[1] E: 203kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 2g, Feh.: 3g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,4g **Zöldfûszeres párolt halfilé, Kukoricás rizs**[4] E: 457kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 2g, Feh.: 22g, CH: 56g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	**Burgonyaleves TM**[1,9] E: 186kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,4g **Tarhonyás hús**[1] E: 622kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 1g, Feh.: 42g, CH: 63g, Cuk: 0g, Só: 0,7g **Csemege uborka**[10] E: 10kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,4g		
Uzsonna	**SZENDVICS csemege szalámis tk**[1] E: 325kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 7g, Feh.: 12g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 1,3g	**SZENDVICS párizsis tk**[1] E: 231kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	**SZENDVICS bécsi felvágottas tk**[1] E: 239kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 4g, Feh.: 10g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,1g	**SZENDVICS gépsonkás tk**[1] E: 210kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 2g, Feh.: 11g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**SZENDVICS növényi sajtkrémes tk**[1] E: 179kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 6g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,5g		

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. Puhatestûek 14. Csillagfürt

Ételeink az összetevõként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket.

A változás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

Hüvelyesmentes

2026. november 9 - 2026. november 15

Étkezés	2026.11.09 Hétfõ	2026.11.10 Kedd	2026.11.11 Szerda	2026.11.12 Csütörtök	2026.11.13 Péntek	2026.11.14 Szombat	2026.11.15 Vasárnap
Tízórai	**Tej**[7] E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g **SZENDVICS zala felvágottas fb**[1] E: 249kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 4g, 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 húskrémes fb**[1] E: 209kcal, 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 padlizsánkrémes tk**[1] E: 124kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS paprikás szalámis fb**[1] E: 325kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 6g, Feh.: 11g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 1,5g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS csirkemell sonkás tk**[1] E: 197kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 2g, Feh.: 9g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,9g		
Ebéd	**Lebbencsleves**[1] E: 132kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,4g **Borsos tokány(sertés), Párolt rizs**[1] E: 503kcal, Zsír: 18g, T.zsír: 1g, Feh.: 23g, CH: 60g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**Sertés raguleves**[9] E: 140kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 11g, CH: 5g, Cuk: 0g, Só: 0,6g **Gránátos kocka (Burgonyás tészta)**[1] E: 525kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 1g, Feh.: 15g, CH: 95g, Cuk: 0g, Só: 0,1g **Csemege uborka**[10] E: 10kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,4g	**Daragaluska alap leves, Daragaluska betét**[1,3,9] E: 119kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 1,1g **Köménymagos sertés szelet, Paradicsomos káposzta**[1] E: 525kcal, Zsír: 23g, T.zsír: 2g, Feh.: 28g, CH: 50g, Cuk: 9g, Só: 1,4g	**Paszternákkrémleves, Pirított zsemlekocka**[1,7] E: 224kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 5g, Feh.: 4g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,4g **Zöldfûszeres párolt halfilé, Kukoricás rizs**[4] E: 457kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 2g, Feh.: 22g, CH: 56g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	**Tejfölös burgonyaleves**[1,7] E: 157kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 2g, Feh.: 3g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,1g **Tarhonyás hús**[1] E: 622kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 1g, Feh.: 42g, CH: 63g, Cuk: 0g, Só: 0,7g **Csemege uborka**[10] E: 10kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,4g		
Uzsonna	**SZENDVICS csemege szalámis tk**[1] E: 325kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 7g, Feh.: 12g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 1,3g	**SZENDVICS párizsis tk**[1] E: 231kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	**SZENDVICS bécsi felvágottas tk**[1] E: 239kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 4g, Feh.: 10g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,1g	**SZENDVICS gépsonkás tk**[1] E: 210kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 2g, Feh.: 11g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**SZENDVICS növényi sajtkrémes tk**[1] E: 179kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 6g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,5g		

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. Puhatestûek 14. Csillagfürt

Ételeink az összetevõként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket.

A változás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

Olajosmagmentes

2026. november 9 - 2026. november 15

Étkezés	2026.11.09 Hétfõ	2026.11.10 Kedd	2026.11.11 Szerda	2026.11.12 Csütörtök	2026.11.13 Péntek	2026.11.14 Szombat	2026.11.15 Vasárnap
Tízórai	**Tej**[7] E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g **SZENDVICS zala felvágottas fb**[1] E: 249kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 4g, 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 húskrémes fb**[1] E: 209kcal, 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 padlizsánkrémes fb**[1] E: 135kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS paprikás szalámis fb**[1] E: 325kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 6g, Feh.: 11g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 1,5g	**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		
Ebéd	**Lebbencsleves**[1] E: 132kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,4g **Borsos tokány(sertés), Párolt rizs**[1] E: 503kcal, Zsír: 18g, T.zsír: 1g, Feh.: 23g, CH: 60g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**Sertés raguleves** E: 182kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 15g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 1,1g **Gránátos kocka (Burgonyás tészta)**[1] E: 525kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 1g, Feh.: 15g, CH: 95g, Cuk: 0g, Só: 0,1g **Csemege uborka**[10] E: 10kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,4g	**Daragaluska alap leves, Daragaluska betét**[1,3,9] E: 119kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 1,1g **Köménymagos sertés szelet, Paradicsomos káposzta**[1] E: 525kcal, Zsír: 23g, T.zsír: 2g, Feh.: 28g, CH: 50g, Cuk: 9g, Só: 1,4g	**Paszternákkrémleves, Pirított zsemlekocka**[1,7] E: 224kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 5g, Feh.: 4g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,4g **Zöldfûszeres párolt halfilé, Kukoricás rizs**[4] E: 457kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 2g, Feh.: 22g, CH: 56g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	**Tejfölös burgonyaleves**[1,7] E: 157kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 2g, Feh.: 3g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,1g **Tarhonyás hús**[1] E: 622kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 1g, Feh.: 42g, CH: 63g, Cuk: 0g, Só: 0,7g **Csemege uborka**[10] E: 10kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,4g		
Uzsonna	**SZENDVICS csemege szalámis fb**[1] E: 333kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 7g, Feh.: 13g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 1,3g	**SZENDVICS párizsis fb**[1] E: 242kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	**SZENDVICS bécsi felvágottas fb**[1] E: 250kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 4g, Feh.: 10g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	**SZENDVICS gépsonkás fb**[1] E: 221kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 2g, Feh.: 12g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**SZENDVICS növényi sajtkrémes fb**[1] E: 190kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,4g		

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. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestûek 14. Csillagfürt

Ételeink az összetevõként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket.

A változás jogát fenntartjuk!