ÉTLAP

ALAP DIÉTÁK

2026. november 16 - 2026. november 22

Étkezés	2026.11.16 Hétfõ	2026.11.17 Kedd	2026.11.18 Szerda	2026.11.19 Csütörtök	2026.11.20 Péntek	2026.11.21 Szombat	2026.11.22 Vasárnap
Tízórai	**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 **Magyaros vajkrém**[7] E: 114kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g **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 **Kakaókrém**[6,7] E: 107kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 1g, CH: 11g, Cuk: 10g, Só: 0,2g **Félbarna kenyér**[1] E: 259kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 10g, CH: 52g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **Bajor rozskenyér tk.**[1] E: 154kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,7g **Citromos tonhalkrém**[3,4,10] E: 136kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 2g, Feh.: 6g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	**Tejeskávé**[7] E: 161kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 2g, Feh.: 10g, CH: 20g, Cuk: 2g, Só: 0,4g **Foszlós kalács**[1,3,7] E: 484kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 5g, Feh.: 14g, CH: 78g, Cuk: 8g, Só: 0,4g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **Tojáskrém**[3,7,10] E: 79kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 3g, Feh.: 4g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,1g **Bajor rozskenyér tk.**[1] E: 154kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,7g **Lilahagyma** E: 16kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,0g		
Ebéd	**Legényfogó leves**[1,7,9,10] E: 232kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 2g, Feh.: 20g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,8g **Darás metélt, Baracklekvár öntet**[1] E: 852kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 23g, CH: 182g, Cuk: 27g, Só: 0,0g **Alma** E: 52kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	**Zöldborsóleves, Levesbetét**[1,9] E: 170kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 10g, CH: 30g, Cuk: 2g, Só: 0,2g **Mézes mustáros sertéscsík, Párolt rizs**[1,7,10] E: 683kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 1g, Feh.: 29g, CH: 93g, Cuk: 4g, Só: 0,4g	**Almás zellerkrémleves, Színes Levesgyöngy**[1,3,7,9] E: 264kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 6g, CH: 34g, Cuk: 0g, Só: 1,7g **Rántott sertésszelet, Burgonyapüré**[1,3,7] E: 543kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 4g, Feh.: 22g, CH: 67g, Cuk: 0g, Só: 0,3g **Csalamádé** E: 36kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 1,2g	**Reszelt tésztaleves**[1,9] E: 102kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,1g **Budapest ragu, Bulgur**[1] E: 609kcal, Zsír: 25g, T.zsír: 3g, Feh.: 33g, CH: 68g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	**Sárgarépakrém leves, Levesgyöngy**[1,3,7] E: 176kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 1,3g **Zöldborsófõzelék, Natúr sertésszelet**[1,7] E: 412kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 1g, Feh.: 33g, CH: 41g, Cuk: 9g, Só: 0,8g **Kenyér**[1] E: 78kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,0g		
Uzsonna	**Pizzás csiga**[1,7] E: 285kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 34g, Cuk: 0g, Só: 1,6g	**Tk.korpás kenyér**[1] E: 249kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 8g, CH: 51g, Cuk: 0g, Só: 1,0g **Húskrém**[7] E: 143kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 4g, Feh.: 3g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,5g **Retek** E: 7kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, 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 **Tv paprika** E: 10kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g **Trappista sajt szelet**[7] E: 149kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 7g, Feh.: 11g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	**Szerencse szelet** E: 134kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 5g, Feh.: 5g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,8g **Margarin** E: 36kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g **Teljes kiõrlésû korpás zsemle**[1] E: 319kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 11g, CH: 64g, Cuk: 0g, Só: 0,0g **Kígyóuborka** E: 5kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	**Extrudált lencseszelet epres joghurtos bevonattal**[7] E: 112kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 17g, Cuk: 0g, Só: 0,0g **Banán** E: 158kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 36g, Cuk: 0g, Só: 0,1g		

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 16 - 2026. november 22

Étkezés	2026.11.16 Hétfõ	2026.11.17 Kedd	2026.11.18 Szerda	2026.11.19 Csütörtök	2026.11.20 Péntek	2026.11.21 Szombat	2026.11.22 Vasárnap
Tízórai	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS bécsi felvágottas tk**[1] E: 239kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 4g, Feh.: 10g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,1g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS tavaszi felvágottas tk**[1] E: 218kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 3g, Feh.: 8g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS citromos halkrémes tk**[1,4] E: 171kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 6g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	**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 tojáskrémes tk**[1,3] E: 164kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,3g		
Ebéd	**Babgulyás(sertés)**[9] E: 191kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 13g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,2g **Tejbendara, rizstejes, Fahéj szórás**[1] E: 336kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 72g, Cuk: 18g, Só: 0,2g	**Zöldségleves, Levesbetét**[1] E: 104kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 1,7g **Sertés tokány , Párolt rizs** E: 504kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 1g, Feh.: 22g, CH: 55g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**Fahéjas szilvaleves TM** E: 151kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 34g, Cuk: 18g, Só: 0,1g **Sertéssült, Burgonyapüré, Mongol saláta**[10] E: 255kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 20g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	**100%-os rostos gyümölcslé** E: 161kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 0,0g **Bulgur, Sertés apróp ecsenye**[1] E: 556kcal, Zsír: 25g, T.zsír: 2g, Feh.: 26g, CH: 58g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	**Sárgarépakrémleves TM, Pirított zsemlekocka**[1] E: 166kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 3g, Feh.: 3g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,5g **Zöldborsófõzelék TM, Sült párizsi**[1] E: 825kcal, Zsír: 67g, T.zsír: 7g, Feh.: 18g, CH: 34g, Cuk: 0g, Só: 1,3g		
Uzsonna	**SZENDVICS csemege szalámis fb**[1] E: 333kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 7g, Feh.: 13g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 1,3g	**SZENDVICS húskrémes tk**[1] E: 198kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 2g, Feh.: 9g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	**SZENDVICS paprikás szalámis fb**[1] E: 325kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 6g, Feh.: 11g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 1,5g	**SZENDVICS gépsonkás tk**[1] E: 210kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 2g, Feh.: 11g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**SZENDVICS párizsis fb**[1] 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. 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 16 - 2026. november 22

Étkezés	2026.11.16 Hétfõ	2026.11.17 Kedd	2026.11.18 Szerda	2026.11.19 Csütörtök	2026.11.20 Péntek	2026.11.21 Szombat	2026.11.22 Vasárnap
Tízórai	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS bécsi felvágottas tk**[1] E: 239kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 4g, Feh.: 10g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,1g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS tavaszi felvágottas tk**[1] E: 218kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 3g, Feh.: 8g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS citromos halkrémes tk**[1,4] E: 171kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 6g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	**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 növényi sajtkrémes fb**[1] E: 190kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,4g		
Ebéd	**Babgulyás(sertés)**[9] E: 191kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 13g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,2g **Tejbendara, rizstejes, Fahéj szórás**[1] E: 336kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 72g, Cuk: 18g, Só: 0,2g	**Zöldségleves, Levesbetét**[1] E: 104kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 1,7g **Sertés tokány , Párolt rizs** E: 504kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 1g, Feh.: 22g, CH: 55g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**Fahéjas szilvaleves TM** E: 151kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 34g, Cuk: 18g, Só: 0,1g **Sertéssült, Burgonyapüré, Mongol saláta**[10] E: 255kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 20g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	**100%-os rostos gyümölcslé** E: 161kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 0,0g **Bulgur, Sertés apróp ecsenye**[1] E: 556kcal, Zsír: 25g, T.zsír: 2g, Feh.: 26g, CH: 58g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	**Sárgarépakrémleves TM, Pirított zsemlekocka**[1] E: 166kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 3g, Feh.: 3g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,5g **Zöldborsófõzelék TM, Sült párizsi**[1] E: 825kcal, Zsír: 67g, T.zsír: 7g, Feh.: 18g, CH: 34g, Cuk: 0g, Só: 1,3g		
Uzsonna	**SZENDVICS csemege szalámis fb**[1] E: 333kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 7g, Feh.: 13g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 1,3g	**SZENDVICS húskrémes tk**[1] E: 198kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 2g, Feh.: 9g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	**SZENDVICS paprikás szalámis fb**[1] E: 325kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 6g, Feh.: 11g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 1,5g	**SZENDVICS gépsonkás tk**[1] E: 210kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 2g, Feh.: 11g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**SZENDVICS párizsis fb**[1] 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. 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!

GLUTÉNMENTES

ÉTLAP

2026. november 16 - 2026. november 22

Étkezés	2026.11.16 Hétfõ	2026.11.17 Kedd	2026.11.18 Szerda	2026.11.19 Csütörtök	2026.11.20 Péntek	2026.11.21 Szombat	2026.11.22 Vasárnap
Tízórai	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS bécsi felvágottas GM** E: 245kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 4g, Feh.: 5g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,5g	**Tej**[7] E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g **SZENDVICS tavaszi felvágottas GM** E: 292kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 3g, Feh.: 8g, CH: 36g, Cuk: 0g, Só: 1,4g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS citromos halkrémes GM**[4] E: 176kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**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 tojáskrémes GM**[3] E: 169kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 1g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,8g		
Ebéd	**Babgulyás(sertés)**[9] E: 191kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 13g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,2g **Tejbendara kukoricadarával GM., TM, Fahéj szórás** E: 396kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 81g, Cuk: 28g, Só: 0,3g	**Zöldségleves, Levesbetét GM** E: 107kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 1,8g **Sertés tokány GM, Párolt rizs** E: 517kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 1g, Feh.: 23g, CH: 57g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**Fahéjas szilvaleves GMTM** E: 151kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 34g, Cuk: 18g, Só: 0,1g **Sertéssült, Burgonyapüré, Mongol saláta**[10] E: 255kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 20g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	**100%-os rostos gyümölcslé** E: 161kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 0,0g **Párolt rizs, Sertés apróp ecsenye GM** E: 490kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 1g, Feh.: 23g, CH: 60g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	**Sárgarépakrémleves GM TM, Pirított kenyérkocka GM** E: 149kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 0,6g **Zöldborsófõzelék GM, TM, Sült párizsi** E: 830kcal, Zsír: 67g, T.zsír: 7g, Feh.: 18g, CH: 36g, Cuk: 0g, Só: 1,3g		
Uzsonna	**SZENDVICS csemege szalámis GM** E: 327kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 7g, Feh.: 8g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 1,7g	**SZENDVICS húskrémes GM** E: 204kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 2g, Feh.: 5g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 1,3g	**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 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. 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 16 - 2026. november 22

Étkezés	2026.11.16 Hétfõ	2026.11.17 Kedd	2026.11.18 Szerda	2026.11.19 Csütörtök	2026.11.20 Péntek	2026.11.21 Szombat	2026.11.22 Vasárnap
Tízórai	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS bécsi felvágottas GM** E: 245kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 4g, Feh.: 5g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,5g	**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	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS citromos halkrémes GM**[4] E: 176kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**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 tojáskrémes GM**[3] E: 169kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 1g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,8g		
Ebéd	**Babgulyás(sertés)**[9] E: 191kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 13g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,2g **Tejbendara kukoricadarával GM., TM, Fahéj szórás** E: 396kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 81g, Cuk: 28g, Só: 0,3g	**Zöldségleves, Levesbetét GM** E: 107kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 1,8g **Sertés tokány GM, Párolt rizs** E: 517kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 1g, Feh.: 23g, CH: 57g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**Fahéjas szilvaleves GMTM** E: 151kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 34g, Cuk: 18g, Só: 0,1g **Sertéssült, Burgonyapüré, Mongol saláta**[10] E: 255kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 20g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	**100%-os rostos gyümölcslé** E: 161kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 0,0g **Párolt rizs, Sertés aprópecsenye GM** E: 490kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 1g, Feh.: 23g, CH: 60g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	**Sárgarépakrémleves GM TM, Pirított kenyérkocka GM** E: 149kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 0,6g **Zöldborsófõzelék GM, TM, Sült párizsi** E: 830kcal, Zsír: 67g, T.zsír: 7g, Feh.: 18g, CH: 36g, Cuk: 0g, Só: 1,3g		
Uzsonna	**SZENDVICS csemege szalámis GM** E: 327kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 7g, Feh.: 8g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 1,7g	**SZENDVICS húskrémes GM** E: 204kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 2g, Feh.: 5g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 1,3g	**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 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. 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 16 - 2026. november 22

Étkezés	2026.11.16 Hétfõ	2026.11.17 Kedd	2026.11.18 Szerda	2026.11.19 Csütörtök	2026.11.20 Péntek	2026.11.21 Szombat	2026.11.22 Vasárnap
Tízórai	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS magyaros vajkrémes tk**[1,7] E: 194kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	**Tej**[7] E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g **Félbarna kenyér**[1] E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g **Minimargarin** E: 50kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g **Mini lekvár** E: 72kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 18g, Cuk: 16g, Só: 0,0g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, 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	**Tej**[7] E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g **Foszlós kalács**[1,3,7] E: 242kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 39g, Cuk: 4g, Só: 0,2g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS tojáskrémes tk**[1,3] E: 164kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,3g		
Ebéd	**Fejtett bableves**[1,7] E: 217kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 2g, Feh.: 9g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,4g **Tejbendara, Fahéj szórás**[1,7] E: 386kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 2g, Feh.: 12g, CH: 75g, Cuk: 40g, Só: 0,4g	**Zöldségleves, Levesbetét**[1] E: 104kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 1,7g **Lecsós szója ragu, Párolt rizs**[6] E: 488kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 1g, Feh.: 21g, CH: 69g, Cuk: 0g, Só: 0,4g	**Fahéjas szilvaleves**[7] E: 218kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 2g, Feh.: 5g, CH: 38g, Cuk: 18g, Só: 0,2g **Rántott brokkoli, Burgonyapüré, Mongol saláta**[1,3,7,10] E: 146kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	**100%-os rostos gyümölcslé** E: 161kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 0,0g **Gombapaprikás, Bulgur**[1] E: 467kcal, Zsír: 18g, T.zsír: 2g, Feh.: 16g, CH: 64g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**Sárgarépakrémleves, Pirított zsemlekocka**[1,7] E: 236kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 6g, Feh.: 5g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,5g **Zöldborsófõzelék, Vegaburger**[1,6,7] E: 286kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 3g, Feh.: 19g, CH: 35g, Cuk: 8g, Só: 1,0g		
Uzsonna	**Félbarna kenyér**[1] E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,0g **Kocka sajt**[7] E: 36kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	**SZENDVICS növényi sajtkrémes tk**[1] E: 179kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 6g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	**SZENDVICS körözöttes fb**[1,7] E: 161kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 27g, Cuk: 0g, 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	**Kifli**[1] E: 97kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,4g **Csokis habos puding**[6,7] E: 152kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 31g, Cuk: 19g, Só: 0,1g		

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 16 - 2026. november 22

Étkezés	2026.11.16 Hétfõ	2026.11.17 Kedd	2026.11.18 Szerda	2026.11.19 Csütörtök	2026.11.20 Péntek	2026.11.21 Szombat	2026.11.22 Vasárnap
Tízórai	**Diab. gyümölcs tea** E: 5kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g **SZENDVICS bécsi felvágottas tk**[1] E: 239kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 4g, Feh.: 10g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,1g	**Diab. gyümölcs tea** E: 5kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g **SZENDVICS tavaszi felvágottas tk**[1] E: 218kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 3g, Feh.: 8g, CH: 24g, 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 citromos halkrémes tk**[1,4] E: 171kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 6g, CH: 23g, 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 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 tojáskrémes tk**[1,3] E: 164kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,3g		
Ebéd	**Sertés raguleves**[9] E: 140kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 11g, CH: 5g, Cuk: 0g, Só: 0,6g **Tejbendara diab, Fahéj szórás cukormentes**[1,7] E: 313kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 2g, Feh.: 14g, CH: 54g, Cuk: 0g, Só: 0,5g	**Zöldségleves, Levesbetét**[1] E: 104kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 1,7g **Sertés tokány , Párolt rizs** E: 504kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 1g, Feh.: 22g, CH: 55g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**Fahéjas szilvaleves**[7] E: 147kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 2g, Feh.: 5g, CH: 20g, Cuk: 0g, Só: 0,2g **Sertéssült, Burgonyapüré, Mongol saláta**[10] E: 255kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 20g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	**Zellerleves**[1,9] E: 88kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 10g, Cuk: 0g, Só: 0,9g **Zöldséges bulgur, Sertés aprópecsenye**[1] E: 617kcal, Zsír: 23g, T.zsír: 2g, Feh.: 30g, CH: 76g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	**Sárgarépakrémleves**[1,7] E: 195kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 5g, Feh.: 4g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,5g **Tökfõzelék, Natúr sertésszelet**[1,7] E: 340kcal, Zsír: 18g, T.zsír: 3g, Feh.: 21g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,8g		
Uzsonna	**SZENDVICS csemege szalámis fb**[1] E: 333kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 7g, Feh.: 13g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 1,3g	**SZENDVICS húskrémes tk**[1] E: 198kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 2g, Feh.: 9g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	**SZENDVICS paprikás szalámis fb**[1] E: 325kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 6g, Feh.: 11g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 1,5g	**SZENDVICS gépsonkás tk**[1] E: 210kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 2g, Feh.: 11g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**SZENDVICS párizsis fb**[1] 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. 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 16 - 2026. november 22

Étkezés	2026.11.16 Hétfõ	2026.11.17 Kedd	2026.11.18 Szerda	2026.11.19 Csütörtök	2026.11.20 Péntek	2026.11.21 Szombat	2026.11.22 Vasárnap
Tízórai	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS magyaros vajkrémes tk**[1,7] E: 194kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	**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 **Mini lekvár** E: 72kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 18g, Cuk: 16g, Só: 0,0g **Félbarna kenyér**[1] E: 104kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS citromos halkrémes tk**[1,4] E: 171kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 6g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	**Tej**[7] E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g **Foszlós kalács**[1,3,7] E: 242kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 39g, Cuk: 4g, Só: 0,2g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS tojáskrémes tk**[1,3] E: 164kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,3g		
Ebéd	**Fejtett bableves**[1,7] E: 217kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 2g, Feh.: 9g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,4g **Tejbendara, Fahéj szórás**[1,7] E: 322kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 5g, Feh.: 12g, CH: 49g, Cuk: 22g, Só: 0,3g	**Zöldségleves, Levesbetét**[1] E: 57kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 8g, Cuk: 0g, Só: 1,1g **Lecsós szója ragu, Párolt rizs**[6] E: 395kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 20g, CH: 53g, Cuk: 0g, Só: 0,4g	**Fahéjas szilvaleves**[7] E: 147kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 27g, Cuk: 10g, Só: 0,2g **Rántott karfiol, Burgonyapüré, Mongol saláta**[1,3,7,10] E: 82kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	**100%-os rostos gyümölcslé** E: 89kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,0g **Gombapaprikás, Bulgur**[1] E: 319kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 1g, Feh.: 12g, CH: 42g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**Sárgarépakrémleves, Pirított zsemlekocka**[1,7] E: 183kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 5g, Feh.: 4g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,5g **Zöldborsófõzelék, Vegaburger**[1,6,7] E: 188kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 2g, Feh.: 13g, CH: 19g, Cuk: 5g, Só: 1,0g		
Uzsonna	**Félbarna kenyér**[1] E: 104kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,0g **Kocka sajt**[7] E: 36kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	**SZENDVICS húskrémes tk**[1] E: 198kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 2g, Feh.: 9g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	**SZENDVICS körözöttes fb**[1,7] E: 161kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	**SZENDVICS növényi sajtkrémes fb**[1] E: 190kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,4g	**Kifli**[1] E: 97kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,4g **Csokis habos puding**[6,7] 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. 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 16 - 2026. november 22

Étkezés	2026.11.16 Hétfõ	2026.11.17 Kedd	2026.11.18 Szerda	2026.11.19 Csütörtök	2026.11.20 Péntek	2026.11.21 Szombat	2026.11.22 Vasárnap
Tízórai	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS bécsi felvágottas tk**[1] E: 239kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 4g, Feh.: 10g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,1g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS tavaszi felvágottas tk**[1] E: 218kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 3g, Feh.: 8g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS citromos halkrémes tk**[1,4] E: 171kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 6g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	**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 tojáskrémes tk**[1,3] E: 164kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,3g		
Ebéd	**Babgulyás(sertés)**[9] E: 191kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 13g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,2g **Tejbendara, rizstejes, Fahéj szórás**[1] E: 336kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 72g, Cuk: 18g, Só: 0,2g	**Zöldségleves, Levesbetét**[1] E: 104kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 1,7g **Sertés tokány , Párolt rizs** E: 504kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 1g, Feh.: 22g, CH: 55g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**Fahéjas szilvaleves TM** E: 151kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 34g, Cuk: 18g, Só: 0,1g **Sertéssült, Burgonyapüré, Mongol saláta**[10] E: 255kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 20g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	**100%-os rostos gyümölcslé** E: 161kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 0,0g **Bulgur, Sertés apróp ecsenye**[1] E: 556kcal, Zsír: 25g, T.zsír: 2g, Feh.: 26g, CH: 58g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	**Sárgarépakrémleves TM, Pirított zsemlekocka**[1] E: 166kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 3g, Feh.: 3g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,5g **Zöldborsófõzelék TM, Sült párizsi**[1] E: 825kcal, Zsír: 67g, T.zsír: 7g, Feh.: 18g, CH: 34g, Cuk: 0g, Só: 1,3g		
Uzsonna	**SZENDVICS csemege szalámis fb**[1] E: 333kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 7g, Feh.: 13g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 1,3g	**SZENDVICS húskrémes tk**[1] E: 198kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 2g, Feh.: 9g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	**SZENDVICS paprikás szalámis fb**[1] E: 325kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 6g, Feh.: 11g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 1,5g	**SZENDVICS gépsonkás tk**[1] E: 210kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 2g, Feh.: 11g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**SZENDVICS párizsis fb**[1] 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. 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 16 - 2026. november 22

Étkezés	2026.11.16 Hétfõ	2026.11.17 Kedd	2026.11.18 Szerda	2026.11.19 Csütörtök	2026.11.20 Péntek	2026.11.21 Szombat	2026.11.22 Vasárnap
Tízórai	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS bécsi felvágottas tk**[1] E: 239kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 4g, Feh.: 10g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,1g	**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 **Mini lekvár** E: 72kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 18g, Cuk: 16g, 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 citromos halkrémes tk**[1,4] E: 171kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 6g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	**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 tojáskrémes tk**[1,3] E: 164kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,3g		
Ebéd	**Sertés raguleves**[9] E: 140kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 11g, CH: 5g, Cuk: 0g, Só: 0,6g **Tejbendara, Fahéj szórás**[1,7] E: 386kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 2g, Feh.: 12g, CH: 75g, Cuk: 40g, Só: 0,4g	**Zöldségleves, Levesbetét**[1] E: 68kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 0,4g **Sertés tokány , Párolt rizs** E: 504kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 1g, Feh.: 22g, CH: 55g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**Fahéjas szilvaleves**[7] E: 218kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 2g, Feh.: 5g, CH: 38g, Cuk: 18g, Só: 0,2g **Sertéssült, Burgonyapüré, Mongol saláta**[10] E: 255kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 20g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	**100%-os rostos gyümölcslé** E: 161kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 0,0g **Bulgur, Sertés apróPecsenye**[1] E: 556kcal, Zsír: 25g, T.zsír: 2g, Feh.: 26g, CH: 58g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	**Sárgarépakrémleves, Pirított zsemlekocka**[1,7] E: 236kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 6g, Feh.: 5g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,5g **Tökfõzelék TM, Natúr sertésszelet**[1] E: 244kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 0g, Feh.: 20g, CH: 17g, Cuk: 0g, Só: 1,1g		
Uzsonna	**SZENDVICS csemege szalámis fb**[1] E: 333kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 7g, Feh.: 13g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 1,3g	**SZENDVICS húskrémes tk**[1] E: 198kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 2g, Feh.: 9g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	**SZENDVICS paprikás szalámis fb**[1] E: 325kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 6g, Feh.: 11g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 1,5g	**SZENDVICS gépsonkás tk**[1] E: 210kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 2g, Feh.: 11g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**SZENDVICS párizsis fb**[1] 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. 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 16 - 2026. november 22

Étkezés	2026.11.16 Hétfõ	2026.11.17 Kedd	2026.11.18 Szerda	2026.11.19 Csütörtök	2026.11.20 Péntek	2026.11.21 Szombat	2026.11.22 Vasárnap
Tízórai	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS bécsi felvágottas fb**[1] E: 250kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 4g, Feh.: 10g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	**Tej**[7] E: 121kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 3g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g **SZENDVICS tavaszi felvágottas fb**[1] E: 229kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 3g, Feh.: 8g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	**Gyümölcs tea** E: 40kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 10g, Só: 0,0g **SZENDVICS citromos halkrémes fb**[1,4] E: 182kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 7g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	**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 tojáskrémes fb**[1,3] E: 175kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,3g		
Ebéd	**Babgulyás(sertés)**[9] E: 191kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 13g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,2g **Tejbendara, Fahéj szórás**[1,7] E: 386kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 2g, Feh.: 12g, CH: 75g, Cuk: 40g, Só: 0,4g	**Zöldségleves, Levesbetét**[1] E: 104kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 1,7g **Lecsós virsli, Tarhonya köret**[1] E: 585kcal, Zsír: 29g, T.zsír: 10g, Feh.: 21g, CH: 60g, Cuk: 2g, Só: 1,3g	**Fahéjas szilvaleves**[7] E: 218kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 2g, Feh.: 5g, CH: 38g, Cuk: 18g, Só: 0,2g **Sertéssült, Burgonyapüré, Mongol saláta**[10] E: 255kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 20g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	**100%-os rostos gyümölcslé** E: 161kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 0,0g **Bulgur, Sertés aprópecsenye**[1] E: 556kcal, Zsír: 25g, T.zsír: 2g, Feh.: 26g, CH: 58g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	**Sütõtök krémleves, Pirított zsemlekocka**[1,7] E: 171kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 3g, Feh.: 5g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 0,5g **Zöldborsós csirke apró, Tészta köret**[1,7] E: 564kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 3g, Feh.: 34g, CH: 72g, Cuk: 0g, Só: 0,6g		
Uzsonna	**SZENDVICS csemege szalámis fb**[1] E: 333kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 7g, Feh.: 13g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 1,3g	**SZENDVICS húskrémes fb**[1] E: 209kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 10g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,9g	**SZENDVICS paprikás szalámis fb**[1] E: 325kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 6g, Feh.: 11g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 1,5g	**SZENDVICS gépsonkás fb**[1] E: 221kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 2g, Feh.: 12g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	**SZENDVICS párizsis fb**[1] 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. 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!