



ÉTLÁP

MEGÚJULÓ KÖZÉTKEZTETÉS



23. hét 2024.06.03-2024.06.09-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Ebéd A	Frankfurtileves (1;7;12) Mák szórat Metélt tészta (1) Alma	Húsgaluska leves (sertés) (1;3) Főtt tojás (3) Parajmártás (1;7) Főtt burgonya 1/2 (12) Körte	Sajtkrémleves (7) Levesgyöngy (1;3;7) Csirkehúsos rizottó (9;12) Csemege uborka (10)	Tarhonyaleves (1;12) Csemege sertéssült Tökfőzelék (1;7) teljeskiörlésű kenyér (1) Menü süti (1;3;5;6;7;8)	Karalábéleves (1;3;7) Sertés pörkölt Galuska köret (1;3) Cékla saláta (10) Sárgabarack	Minestrone zöldségleves (1;9;12) Rántott sajt (1;3;7) Petrezselymes burgonya (12) Tartármártás (3;7;10)	Magyaros gombaleves (1;3) Vadas sertés ragu (1;7;9;10) Zsemlegombóc (1;3) Alma
Tápanyagértékek	EN:1199 ZS:56,7 TZS:7,6 FH:31,6 SZH:135,3CK:23,8 SO:3,3	EN:930 ZS:40,9 TZS:9,5 FH:38,5 SZH:96,1 CK:12,5 SO:2,7	EN:1104 ZS:60,8 TZS:25,1 FH:62,9 SZH:75,6 CK:24,6 SO:7,7	EN:1370 ZS:60,5 TZS:10,7 FH:52,6 SZH:148,6 CK:36,9 SO:5,3	EN:1228 ZS:52,5 TZS:6,5 FH:68,4 SZH:187,8 CK:13,9 SO:5,1	EN:1323 ZS:84,6 TZS:15,2 FH:27,1 SZH:102,3CK:10,2 SO:5,0	EN:937 ZS:34,2 TZS:4,6 FH:37,7 SZH:115,2 CK:8,6 SO:2,3
Ebéd B	Frankfurtileves (1;7;12) Sonkás kocka (1;3;7) Alma	Húsgaluska leves (sertés) (1;3) Zöldfűszeres csirkecomb filé Bulgur köret 1/2 (1) Angol zöldségköret 1/2 (7;12) Körte	Sajtkrémleves (7) Levesgyöngy (1;3;7) Mézes-mustáros csirkeragu (1;10) Kuskusz köret (1)	Tarhonyaleves (1;12) Sertés aprópecsenye Zöldbabfőzelék (1;7) Menü süti (1;3;5;6;7;8)	Karalábéleves (1;3;7) Milánói spagetti sertés (1) Reszelt sajt (7) Sárgabarack	Minestrone zöldségleves (1;9;12) Párizsi csirkemell (1;3;7) Majonézes kukorica (3;7;10)	Magyaros gombaleves (1;3) Rakott burgonya kolbásszal (3;7;12) Káposztasaláta Alma
Tápanyagértékek	EN:938 ZS:40,7 TZS:6,6 FH:35,9 SZH:105,4 CK:5,5 SO:4,5	EN:1369 ZS:49,2 TZS:11,6 FH:88,1 SZH:133,2CK:16,9 SO:6,8	EN:1635 ZS:72,8 TZS:26,6 FH:75,3 SZH:165,7 CK:33,2 SO:5,8	EN:869 ZS:53,4 TZS:10,1 FH:27,1 SZH:65,9 CK:16,5 SO:5,4	EN:1685 ZS:68,1 TZS:21,1 FH:62,3 SZH:212,1 CK:65,3 SO:3,3	EN:911 ZS:60,8 TZS:9,1 FH:33,8 SZH:50,9 CK:14,0 SO:4,2	EN:1026 ZS:58,9 TZS:17,6 FH:32,4 SZH:85,9 CK:1,7 SO:4,7
Allergének: 1. Glutén; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej, laktóz; 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid és szulfidok; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűek.							

24. hét 2024.06.10-2024.06.16-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Ebéd A	Kolbászos gyöngyableves (1;9) Tejbedara (1;7) Fahéj szórat Alma	Zöldséges lebbencsleves (1) Egyben sertésvagdalt (1;3) Kelkáposzta főzelék (1;12) Félbarna kenyér (1) Menü süti (1;3;5;6;7;8)	Vegyes gyümölcsleves (1;7) Borsos sertés tokány (1) Tészta köret (1) Csalamádé (10;12)	Zellerkrémleves (1;7;9) Piritott tészta (1) Lecsős csirkeragu Párolt köles	Daragaluskaleves (1;3;9) Roston sült csirkemell Sárgaborsófőzelék (1) Félbarna kenyér (1) Körte	Francia hagymaleves (7) Köményes sertéssült Tört burgonya 1/2 (12) Párolt káposzta 1/2	Csontleves Levesbetét tészta (1) Rakott karfiol (sertéshússal) (7) Kókusz golyó
Tápanyagértékek	EN:1121 ZS:39,2 TZS:10,7 FH:43,4 SZH:146,7 CK:48,8 SO:3,7	EN:809 ZS:33,6 TZS:8,5 FH:29,1 SZH:94,9 CK:10,9 SO:3,6	EN:1200 ZS:57,9 TZS:10,5 FH:32,8 SZH:131,5 CK:37,5 SO:3,8	EN:935 ZS:33,1 TZS:4,7 FH:37,8 SZH:115,6 CK:9,6 SO:3,8	EN:1211 ZS:52,1 TZS:10,0 FH:52,1 SZH:126,5CK:13,6 SO:2,0	EN:725 ZS:35,8 TZS:6,4 FH:36,3 SZH:58,2 CK:6,1 SO:4,7	EN:562 ZS:27,4 TZS:12,4 FH:28,0 SZH:46,0 CK:5,2 SO:2,6
Ebéd B	Kolbászos gyöngyableves (1;9) Darás metélt (1) Barack lekvár Alma	Zöldséges lebbencsleves (1) Sertéspörkölt Brokkolifőzelék (1;7;12) Félbarna kenyér (1) Menü süti (1;3;5;6;7;8)	Vegyes gyümölcsleves (1;7) Fokhagymás csirkefalatok Főtt burgonya 1/2 (12) Grillezett zöldségköret	Zellerkrémleves (1;7;9) Piritott tészta (1) Rántott csirkemell (1;3) Párolt rizs köret Csalamádé (10;12)	Daragaluskaleves (1;3;9) Főtt virsli Finomfőzelék (1;7) Félbarna kenyér (1) Körte	Francia hagymaleves (7) Csirkehúsos lasagne (1;6;7;9;12)	Csontleves Levesbetét tészta (1) Sült csirkecomb Karottás kuskusz (1) Csemege uborka (10)
Tápanyagértékek	EN:1696 ZS:58,8 TZS:11,7 FH:50,9 SZH:234,9CK:24,5 SO:5,0	EN:1089 ZS:64,9 TZS:14,7 FH:30,4 SZH:94,0 CK:22,1 SO:5,1	EN:541 ZS:13,2 TZS:2,1 FH:26,5 SZH:72,1 CK:32,5 SO:3,6	EN:1581 ZS:77,4 TZS:9,7 FH:56,5 SZH:159,6 CK:5,5 SO:5,6	EN:1086 ZS:58,7 TZS:14,2 FH:28,7 SZH:107,2 CK:27,9 SO:4,5	EN:832 ZS:41,2 TZS:10,3 FH:33,4 SZH:79,0 CK:8,7 SO:2,6	EN:1100 ZS:52,7 TZS:15,4 FH:67,8 SZH:82,7 CK:7,5 SO:7,8
Allergének: 1. Glutén; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej, laktóz; 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid és szulfidok; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűek.							



ÉTLÁP

MEGÚJULÓ KÖZÉTKEZTETÉS



25. hét 2024.06.17 - 2024.06.23-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Ebéd A	Tárkonyos csirkeraguleves (1;7) Gyümölcsrizs (7) Fahéj szórát Alma	Erőleves Levesbetét tészta (1) Húsgombóc (sertés) (3) Paradicsommártás (1) Főtt burgonya 1/2 (12) Körte	Meggyleves (1;7) Sült csirkecomb filé Bulgur köret (1) Csemege uborka (10)	Tojásleves (1;3) Zöldfűszeres csirkeapró Fejtett babfőzelék (1;7) Túró rudi (6;7)	Zöldségkrémleves (1;7;9) Pirított hagyma Milánói spagetti sertés (1) Reszelt sajt (7)	Magyaros karfiolleves (1;3) Hentes sertés tokány (1;6;10) Párolt rizs köret	Vajgaluskaleves (1;3) Erdélyi rakott káposzta Alma
Tápanyagértékek	EN:902 ZS:10,6 TZS:0,9 FH:36,0 SZH:162,9CK:78,5 SO:2,9	EN:1057 ZS:13,8 TZS:3,4 FH:44,3 SZH:181,3 CK:38,2 SO:6,5	EN:1258 ZS:49,3 TZS:7,7 FH:75,5 SZH:122,4 CK:51,1 SO:8,2	EN:955 ZS:52,5 TZS:11,9 FH:53,1 SZH:61,3 CK:15,4 SO:4,1	EN:1516 ZS:53,0 TZS:19,7 FH:60,8 SZH:196,5 CK:61,6 SO:5,7	EN:1107 ZS:51,5 TZS:14,1 FH:39,9 SZH:121,0 CK:3,1 SO:5,4	EN:845 ZS:36,5 TZS:14,9 FH:46,2 SZH:82,2 CK:3,4 SO:13,5
Ebéd B	Tárkonyos csirkeraguleves (1;7) Tejföl (7) Túrós csusza (1;7) Alma	Erőleves Levesbetét tészta (1) Pulykaapró feltét (1) Vegyesfőzelék (1;7) Körte	Meggyleves (1;7) Sajtós halpárna (1;4;7) Párolt rizs köret Majonéz (mini) (3;10)	Tojásleves (1;3) Roston sült csirkemell Sóska mártás (1;7) Főtt burgonya 1/2 (12) Túró rudi (6;7)	Zöldségkrémleves (1;7;9) Pirított hagyma Carbonara penne (1;7) Reszelt sajt (7)	Magyaros karfiolleves (1;3) Brassói aprópecsenye Sült burgonya (12) Cékla saláta (10)	Vajgaluskaleves (1;3) Marha pörkölt Galuska köret (1;3) Mongol saláta (10)
Tápanyagértékek	EN:661 ZS:34,2 TZS:10,0 FH:26,9 SZH:58,8 CK:7,9 SO:3,4	EN:702 ZS:21,1 TZS:2,9 FH:30,3 SZH:91,8 CK:24,3 SO:6,0	EN:1203 ZS:38,3 TZS:5,6 FH:26,7 SZH:161,8 CK:52,0 SO:3,5	EN:740 ZS:33,2 TZS:8,9 FH:37,3 SZH:66,7 CK:16,5 SO:13,3	EN:1021 ZS:42,9 TZS:12,6 FH:38,2 SZH:119,5 CK:11,6 SO:6,3	EN:1070 ZS:56,9 TZS:13,4 FH:35,9 SZH:96,5 CK:5,3 SO:5,2	EN:907 ZS:32,3 TZS:4,2 FH:63,6 SZH:152,1 CK:5,0 SO:6,2
Allergének: 1. Glutén; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej, laktóz; 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid és szulfidok; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűk.							

26. hét 2024.06.24-2024.06.30-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Ebéd A	Legényfogó leves (1;7) Szilvás gombóc (1;3;12) Fahéj szórát Ósziarack	Tárkonyos zöldségleves (1;9) Sertés vagdalt (1;3;5;6;7;8;10;11) Burgonyafőzelék (1;7;12) Félbarna kenyér (1) Alma	Citromos almaleves (1;7) Sült csirkecomb filé Karottás kuszkus (1) Cékla saláta (10)	Reszelt tésztaleves (1) Csemege sertéssült Paradicsomos káposzta (1) Nektarin	Magyaros zöldbableves (1;3) Bakonyi sertésragu (1;7) Tészta köret (1) Almás pite (1;3)	Fokhagyma krémleves (1;3;7;9;10) Pirított tészta (1) Óvári csirkemell (1;7) Párolt rizs köret Csalamádé (10;12)	Zselici húsleves (3;9) Levesbetét tészta (1) Francia rakott burgonya (1;3;6;7;12) Banán
Tápanyagértékek	EN:1349 ZS:53,7 TZS:10,7 FH:45,4 SZH:162,6 CK:67,8 SO:5,3	EN:1072 ZS:54,9 TZS:10,8 FH:35,0 SZH:104,7CK:6,4 SO:4,8	EN:1301 ZS:44,7 TZS:7,3 FH:74,2 SZH:143,4 CK:46,9 SO:7,9	EN:905 ZS:37,0 TZS:7,3 FH:42,0 SZH:98,2 CK:36,6 SO:3,1	EN:1710 ZS:102,3 TZS:16,4 FH:49,5 SZH:150,9 CK:7,6 SO:4,8	EN:1104 ZS:38,1 TZS:6,9 FH:52,9 SZH:136,8 CK:6,4 SO:4,4	EN:798 ZS:21,0 TZS:8,4 FH:27,3 SZH:113,8 CK:5,6 SO:3,3
Ebéd B	Legényfogó leves (1;7) Káposztás kocka (1) Ósziarack	Tárkonyos zöldségleves (1;9) Füstölt főtt tarja Lencsefőzelék (1;7;10) Félbarna kenyér (1) Alma	Citromos almaleves (1;7) Rántott sertésszelet (1;3) Burgonyapüré (7;12) Cékla saláta (10)	Reszelt tésztaleves (1) Sertés pörkölt Bulgur köret (1) Mongol saláta (10) Nektarin	Magyaros zöldbableves (1;3) Édes-savanyú csirkeragu Párolt rizs köret Almás pite (1;3)	Fokhagyma krémleves (1;3;7;9;10) Pirított tészta (1) Bácskai bulgur (1) Csalamádé (10;12)	Zselici húsleves (3;9) Levesbetét tészta (1) Tojásos galuska (1;3;7) Fejes saláta
Tápanyagértékek	EN:1280 ZS:55,6 TZS:11,3 FH:48,2 SZH:145,5 CK:30,6 SO:5,8	EN:1246 ZS:51,0 TZS:12,2 FH:54,1 SZH:133,3CK:25,1 SO:8,6	EN:2062 ZS:102,4 TZS:17,0 FH:58,0 SZH:216,6CK:58,6 SO:5,0	EN:1006 ZS:40,4 TZS:5,5 FH:40,7 SZH:115,4 CK:15,2 SO:5,2	EN:1133 ZS:36,0 TZS:5,1 FH:40,9 SZH:166,3 CK:36,8 SO:4,9	EN:928 ZS:39,3 TZS:7,0 FH:33,0 SZH:109,9CK:16,0 SO:4,0	EN:582 ZS:12,1 TZS:2,5 FH:42,1 SZH:125,6CK:6,7 SO:3,4
Allergének: 1. Glutén; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej, laktóz; 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid és szulfidok; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűk.							