

<i>Felnőtt</i> (19-69 év)	<i>Hétfő</i> 2025.01.27.	<i>Kedd</i> 2025.01.28.	<i>Szerda</i> 2025.01.29.	<i>Csütörtök</i> 2025.01.30.	<i>Péntek</i> 2025.01.31.
<i>Ebéd</i>	-Zeller krémleves (G, L, T, Z, O, M) -Pusztapörkölt (G, M) -Savanyú uborka	-Rizsleves (G, L, T, Z, O, M) -Csirkepörkölt -Zöldbabfőzelék (L, G)	-Zöldségleves (G, L, T, Z, O, M) -Budapest ragu (G) -Rizs	-Babgulyás (fejtett bab) (G, L, T, Z, O, M) -Túrós batyu kelt (L, T, G) -Narancs	-Csontleves (Z, G, L, T, O, M) -Töltött csirkecomb (T, G) -Petrezselymes burgonya -Savanyú uborka
	S:3,2, E:833,0, ZS:31,9, T:7,3, F:27,2, CH:108,9, C:5,8, Ca:35,8	S:3,0, E:682,0, ZS:40,4, T:8,8, F:30,3, CH:51,1, C:5,3, Ca:1,3	S:2,1, E:1 020,0, ZS:40,1, T:3,6, F:44,6, CH:116,6, C:2,8, Ca:0,1	S:1,6, E:997,0, ZS:25,5, T:3,0, F:52,9, CH:136,5, C:32,0, Ca:116,8	S:2,4, E:757,0, ZS:24,1, T:2,0, F:45,5, CH:84,1, C:1,8, Ca:45,8
<i>Összesen</i>	S:3,2, E:833,0, ZS:31,9, T:7,3, F:27,2, CH:108,9, C:5,8, Ca:35,8	S:3,0, E:682,0, ZS:40,4, T:8,8, F:30,3, CH:51,1, C:5,3, Ca:1,3	S:2,1, E:1 020,0, ZS:40,1, T:3,6, F:44,6, CH:116,6, C:2,8, Ca:0,1	S:1,6, E:997,0, ZS:25,5, T:3,0, F:52,9, CH:136,5, C:32,0, Ca:116,8	S:2,4, E:757,0, ZS:24,1, T:2,0, F:45,5, CH:84,1, C:1,8, Ca:45,8

Jó étvágyat!**A savanyúságok édesítőszerrel készülnek.****Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!****Jelmagyarázat:**

S: só (g)	E: energia (kcal)	G: glutén, gabonák	Z: zeller	D: diófélék, mandula, pisztácia	C: csillagfűrt
ZS: zsír (g)	T: telített zsírsav (g)	L: laktóz, tej, tejtermékek	R: rákfélék	M: mustár	P: puhatestűek
F: fehérje (g)	CH: szénhidrát (g)	T: tojás, fehérje	H: halak	S: szezámag	
C: cukor (g)	Ca: kalcium (mg)	F: földimogyoró	O: szója	K: szulfitok, kéndioxid	

<i>Felnőtt</i> (19-69 év)	<i>Hétfő</i> 2025.02.03.	<i>Kedd</i> 2025.02.04.	<i>Szerda</i> 2025.02.05.	<i>Csütörtök</i> 2025.02.06.	<i>Péntek</i> 2025.02.07.
<i>Ebéd</i>	-Májgaluska leves (T, G, L, Z, O, M) -Rakott karfiol (L) S:2,1, E:872,0, ZS:54,6, T:3,4, F:38,5, CH:53,7, C:8,7, Ca:65,0	-Karalábé leves (G, L, T, Z, O, M) -Sült debreceni -Lencsefőzelék (L, G, M) S:1,6, E:1 084,0, ZS:59,6, T:5,7, F:46,3, CH:80,0, C:6,1, Ca:99,1	-Csurgatott tojásleves (G, L, T, Z, O, M) -Görög csirkemell -Bulgur (G, L, T, Z, O, M) S:1,8, E:894,0, ZS:33,6, T:3,6, F:49,2, CH:93,4, C:4,9, Ca:8,3	-Frankfurti hamis leves (L, G, T, Z, O, M) -Sajtos pogácsa (L, T, G) -Alma S:2,3, E:904,0, ZS:44,3, T:17,9, F:29,6, CH:83,0, C:3,4, Ca:54,7	-Tavaszi leves (G, L, T, Z, O, M) -Halpaprikás (G, T, H, L) -Orsó tészta (G, O) S:2,1, E:882,0, ZS:27,2, T:3,8, F:30,7, CH:120,6, C:8,7, Ca:3,0
<i>Összesen</i>	S:2,1, E:872,0, ZS:54,6, T:3,4, F:38,5, CH:53,7, C:8,7, Ca:65,0	S:1,6, E:1 084,0, ZS:59,6, T:5,7, F:46,3, CH:80,0, C:6,1, Ca:99,1	S:1,8, E:894,0, ZS:33,6, T:3,6, F:49,2, CH:93,4, C:4,9, Ca:8,3	S:2,3, E:904,0, ZS:44,3, T:17,9, F:29,6, CH:83,0, C:3,4, Ca:54,7	S:2,1, E:882,0, ZS:27,2, T:3,8, F:30,7, CH:120,6, C:8,7, Ca:3,0

Jó étvágyat!**A savanyúságok édesítőszerrel készülnek.****Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!****Jelmagyarázat:**

S: só (g)	E: energia (kcal)	G: glutén, gabonák	Z: zeller	D: diófélék, mandula, pisztácia	C: csillagfűrt
ZS: zsír (g)	T: telített zsírsav (g)	L: laktóz, tej, tejtermékek	R: rákfélék	M: mustár	P: puhatestűek
F: fehérje (g)	CH: szénhidrát (g)	T: tojás, fehérje	H: halak	S: szezámag	
C: cukor (g)	Ca: kalcium (mg)	F: földimogyoró	O: szója	K: szulfitok, kén-dioxid	