

<i>Felnőtt</i> (19-69 év)	<i>Hétfő</i> 2026.01.19.	<i>Kedd</i> 2026.01.20.	<i>Szerda</i> 2026.01.21.	<i>Csütörtök</i> 2026.01.22.	<i>Péntek</i> 2026.01.23.	<i>Szombat</i> 2026.01.24.	<i>Vasárnap</i> 2026.01.25.
<i>Ebéd</i>						-Tárkonyos csirkeraguleves (T, G) -Lekváros gombóc (G, T)	-Tavaszi leves (G, L, T, Z, O, M) -Sült oldalas -Hagymás burgonya
						S:1,2, E:986,0, ZS:46,8, T:2,2, F:33,0, CH:118,1, C:17,3, Ca:4,5	S:2,2, E:822,0, ZS:45,5, T:11,5, F:33,5, CH:77,6, C:3,3, Ca:27,4
<i>Összesen</i>					S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0	S:1,2, E:986,0, ZS:46,8, T:2,2, F:33,0, CH:118,1, C:17,3, Ca:4,5	S:2,2, E:822,0, ZS:45,5, T:11,5, F:33,5, CH:77,6, C:3,3, Ca:27,4

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: szezám-mag
 C: cukor (g) Ca: kalcium (mg) F: földimogyoró O: szója K: szulfitok, kéndioxid

<i>Felnőtt</i> (19-69 év)	<i>Hétfő</i> 2026.01.26.	<i>Kedd</i> 2026.01.27.	<i>Szerda</i> 2026.01.28.	<i>Csütörtök</i> 2026.01.29.	<i>Péntek</i> 2026.01.30.	<i>Szombat</i> 2026.01.31.	<i>Vasárnap</i> 2026.02.01.	
<i>Ebéd</i>						-Gulyásleves (G, L, T, Z, O, M) -Lángos (L, G)	-Hamis húsleves (Z, G, L, T, O, M) -Csirkemell párizsiasan (T, G, L) -Burgonyapüré (L)	
						S:1,4, E:927,0, ZS:37,6, T:10,3, F:38,9, CH:105,0, C:3,4, Ca:8,2	S:4,7, E:1 024,0, ZS:34,3, T:9,5, F:54,2, CH:117,4, C:3,7, Ca:56,1	
<i>Összesen</i>	S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0	S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0	S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0	S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0	S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0	S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0	S:1,4, E:927,0, ZS:37,6, T:10,3, F:38,9, CH:105,0, C:3,4, Ca:8,2	S:4,7, E:1 024,0, ZS:34,3, T:9,5, F:54,2, CH:117,4, C:3,7, Ca:56,1

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: szezám	
C: cukor (g)	Ca: kalcium (mg)	F: földimogyoró	O: szója	K: szulfitok, kéndioxid	