



ÉTLAP

MEGÚJULÓ KÖZÉTKEZTETÉS



49. hét 2023.12.04 - 2023.12.10-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Ebéd A	Jókai bableves (1;7;9) Reszelt sajt (7) Tejföl (7) Spagetti (1) Narancs	Téli Zöldségleves (1;3;9) Pulykaapró feltét (1) Kelkáposzta főzelék (1;12) Sajtós pogácsa (1;3;7)	Gyömbéres körteleves (1;7) Rántott halszelet (1;3;4) Zöldséges rizs Majonéz (mini) (3;10)	Kukoricadaraguskaleves (1;3) Sült csirkecomb filé Zöldborsófőzelék (1;7) Alma	Paradicsomleves (1) Páztortarhonya (1;12) Csemege uborka (10)	Csontleves Levesbetét tészta (1) Sertéshúsos rakott vegyeszöldség (7) Kiwi gyümölcs	Tejfölös gombaleves (1;3;7;9;10) Roston sült csirkemell Bazsalikomos rizs Csalamádé (10;12)
Tápanyagértékek	EN:1148 ZS:61,2 TZS:18,3 FH:37,0 SZH:108,0CK:7,7 SO:6,6	EN:686 ZS:30,0 TZS:7,8 FH:31,7 SZH:68,9 CK:1,8 SO:6,0	EN:1572 ZS:66,1 TZS:8,3 FH:51,7 SZH:167,9 CK:39,2 SO:7,3	EN:947 ZS:43,8 TZS:6,9 FH:60,0 SZH:80,9 CK:18,0 SO:7,1	EN:1118 ZS:43,1 TZS:12,1 FH:30,5 SZH:149,8CK:15,1 SO:7,1	EN:393 ZS:17,6 TZS:5,2 FH:21,3 SZH:33,7 CK:8,4 SO:20,5	EN:882 ZS:29,1 TZS:3,5 FH:41,4 SZH:111,7CK:4,1 SO:3,2
Ebéd B	Jókai bableves (1;7;9) Darás metélt (1) Barack lekvár Narancs	Téli Zöldségleves (1;3;9) Sertés vagdalt (1;3;5;6;7;8;10;11) Zöldbabfőzelék (1;7) Sajtós pogácsa (1;3;7)	Gyömbéres körteleves (1;7) Zöldfűszeres csirkemell Párolt rizs köret Mongol saláta (10)	Kukoricadaraguskaleves (1;3) Sertéspörkölt Paszternákfőzelék (1;7) Alma	Paradicsomleves (1) Rántott csirkemell (1;3) Bulgur köret (1) Csemege uborka (10)	Csontleves Levesbetét tészta (1) Húsgombóc (sertés) (3) Kapor mártás (1;7) Kiwi gyümölcs Főtt burgonya 1/2 (12)	Tejfölös gombaleves (1;3;7;9;10) Parasztos csirkecomb Puliszka (6;7) Csalamádé (10;12)
Tápanyagértékek	EN:1598 ZS:67,2 TZS:14,7 FH:36,9 SZH:202,6 CK:21,6 SO:6,2	EN:1076 ZS:71,7 TZS:16,4 FH:37,5 SZH:66,0 CK:9,0 SO:5,8	EN:756 ZS:8,9 TZS:2,0 FH:43,5 SZH:127,5 CK:25,1 SO:7,1	EN:949 ZS:51,3 TZS:10,5 FH:32,3 SZH:95,6 CK:24,0 SO:2,5	EN:1625 ZS:74,9 TZS:9,4 FH:62,8 SZH:170,8 CK:22,9 SO:5,8	EN:858 ZS:19,5 TZS:3,8 FH:43,0 SZH:121,9 CK:7,9 SO:24,3	EN:1096 ZS:71,9 TZS:22,8 FH:52,6 SZH:54,6 CK:5,0 SO:5,2

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. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.

50. hét 2023.12.11 - 2023.12.17-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Ebéd A	Májgombóc leves (1;3;9) Tejbédara (1;7) Kakaó szórát Narancs	Erőleves Levesbetét tészta (1;3) Sertés vagdalt (1;3;5;6;7;8;10;11) Sárgaborsófőzelék (1)	Zellerleves (1;9) Sertés pörkölt Bulgur köret (1) Csemege uborka (10)	Tojásleves (1;3) Sült debreceni kolbász Tökfőzelék (1;7) Kiwi gyümölcs	Erdei gyümölcsleves (1;7) Sült csirkecomb filé Párolt rizs köret Mongol saláta (10)	Magyaros burgonyaleves (1;12) Bakonyi sertéstokány (1;7) Galuska köret (1;3)	Zöldségleves (1;3) Töltött paprika (3) Főtt burgonya (12)
Tápanyagértékek	N:700 ZS:14,8 TZS:4,3 H:25,3 SZH:113,6CK:45,4 O:2,1	EN:1271 ZS:78,0 TZS:16,9 FH:47,9 SZH:91,8 CK:9,2 SO:4,8	EN:915 ZS:33,3 TZS:4,8 FH:41,6 SZH:108,0CK:13,5 SO:6,4	EN:1079 ZS:73,6 TZS:17,7 FH:30,8 SZH:73,3 CK:25,5 SO:5,7	EN:1174 ZS:38,9 TZS:9,7 FH:62,7 SZH:137,5 CK:35,4 SO:9,2	EN:1266 ZS:59,4 TZS:12,6 FH:63,2 SZH:178,1 CK:1,0 SO:3,1	EN:739 ZS:14,9 TZS:3,1 FH:36,4 SZH:105,6 CK:0,2 SO:5,1
Ebéd B	Májgombóc leves (1;3;9) Káposztás kocka (1) Narancs	Erőleves Levesbetét tészta (1;3) Főtt tojás (3) Sóska mártás (1;7) Főtt burgonya 1/2 (12)	Zellerleves (1;9) Vadas sertés ragu (1;7;9;10) Tészta köret (1) Kakaós nápolyi (1;6)	Tojásleves (1;3) Füstölt főtt tarja Fejtett babfőzelék (1;7) Kiwi gyümölcs	Erdei gyümölcsleves (1;7) Zöldséges halas ragu Párolt köles	Magyaros burgonyaleves (1;12) Csöben sült sárgarépa (1;3;6;7) Sült csirkemáj	Zöldségleves (1;3) Csülökpörkölt Főtt burgonya (12) Csemege uborka (10)
Tápanyagértékek	N:805 ZS:13,5 TZS:2,0 H:27,5 SZH:141,2CK:12,4 O:4,1	EN:462 ZS:12,3 TZS:2,5 FH:18,4 SZH:64,6 CK:9,1 SO:13,6	EN:1215 ZS:46,3 TZS:10,9 FH:40,6 SZH:151,3 CK:27,0 SO:3,8	EN:1007 ZS:63,9 TZS:14,5 FH:44,8 SZH:57,3 CK:4,9 SO:7,1	EN:835 ZS:22,0 TZS:6,3 FH:18,7 SZH:136,6CK:42,3 SO:4,4	EN:878 ZS:39,3 TZS:11,5 FH:41,7 SZH:82,3 CK:14,0 SO:3,5	EN:913 ZS:48,0 TZS:13,7 FH:32,9 SZH:79,8 CK:1,6 SO:6,5

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. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.



ÉTLAP

MEGÚJULÓ KÖZÉTKEZTETÉS



51. hét 2023.12.18 - 2023.12.24-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Ebéd A	Palóclevés (sertés) (1;7;12) Szilvás gombóc (1;3;12) Fahéj szórát Mandarin	Árpagyöngyleves (1;8) Csemege sertéssült Finomfözelék (1;7) Alma	Zöldborsólevés (1;3) Bolognai spagetti sertés (1) Reszelt sajt (7) Narancs	Csontleves Levesbetét tészta (1) Brokkolis csirkeragu Párolt rizs köret	Karácsonyi almaleves (1;7) Párizsi csirkemell (1;3;7) Burgonyapüré(7;12) Csemege uborka (10)	Csontleves Levesbetét tészta (1) Rántott halszelet (1;3;4) Majonézes burgonya (3;7;10;12) Puszedli (1;3)	Daragaluskaleves (1;3;9) Cigánypecsenye Steak burgonya (12) Káposztasaláta
Tápanyagértékek	EN:1183 ZS:34,8 TZS:7,1 FH:37,2 SZH:169,3 CK:53,3 SO:3,2	EN:827 ZS:41,7 TZS:10,3 FH:42,5 SZH:68,8 CK:19,2 SO:4,4	EN:1062 ZS:34,2 TZS:11,8 FH:47,7 SZH:139,5 CK:19,3 SO:2,9	EN:856 ZS:27,2 TZS:3,8 FH:38,2 SZH:113,5 CK:5,0 SO:22,7	EN:1343 ZS:53,6 TZS:9,5 FH:47,6 SZH:157,1 CK:54,6 SO:5,3	EN:1543 ZS:73,3 TZS:9,1 FH:50,8 SZH:159,0 CK:35,4 SO:24,5	EN:970 ZS:59,0 TZS:14,9 FH:35,4 SZH:67,2 CK:5,1 SO:3,6
Ebéd B	Palóclevés (sertés) (1;7;12) Tejföl (7) Tehéntúró (7) Túrós csusza (1;7) Mandarin	Árpagyöngyleves (1;8) Gombamártás (1;7) Főtt sertéskaraj Főtt burgonya 1/2 (12) Alma	Zöldborsólevés (1;3) Csirkepaprikás (1;7) Tészta köret Narancs	Csontleves Levesbetét tészta (1) Székelykáposzta (1;7;8)	Karácsonyi almaleves (1;7) Rántott sajt (1;3;7) Párolt rizs köret Majonéz (mini) (3;10)	Csontleves Levesbetét tészta (1) Aszaltbarackos sertésborda Sült burgonya (12) Puszedli (1;3)	Daragaluskaleves (1;3;9) Rakott kelkáposzta (7)
Tápanyagértékek	EN:950 ZS:57,1 TZS:17,3 FH:37,4 SZH:68,2 CK:8,0 SO:2,7	EN:798 ZS:37,5 TZS:7,1 FH:44,6 SZH:64,0 CK:1,3 SO:6,5	EN:791 ZS:46,1 TZS:6,2 FH:39,1 SZH:52,8 CK:1,0 SO:2,8	EN:814 ZS:54,9 TZS:10,5 FH:29,6 SZH:49,5 CK:5,7 SO:28,4	EN:1352 ZS:45,7 TZS:11,0 FH:27,1 SZH:180,4CK:54,2 SO:2,5	EN:825 ZS:17,4 TZS:4,6 FH:37,3 SZH:118,9 CK:28,6 SO:23,2	EN:798 ZS:45,2 TZS:7,6 FH:29,7 SZH:66,6 CK:6,3 SO:1,9

52. hét 2023.12.25 - 2023.12.31-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Ebéd A	Tárkonyos zöldséglevés (1;9) Csabai sertéskaraj (1) Párolt rizs köret Cékla saláta (10)	Lencsegyulás sertéshússal (1;3) Tejföl (7) Reszelt sajt (7) Spagetti (1) Narancs	Zöldséges burgonyaleves (12) Sült virsli Tökfözelék (1;7) Mandarin	Fahéjas szilvaleves (1;7) Bácskai rizseshús Csemege uborka (10)	Bakonyi sertés betyárleves (1;7) Császármorzsa (1;3;6;7) Barack lekvár	Paradicsomleves (1) Sült csülök (1;9) Főtt burgonya 1/2 (12) Párolt káposzta 1/2	Magyaros karfiolleves (1;3) Párizsi csirkemell (1;3;7) Zöldséges rizs káposzta 1/2
Tápanyagértékek	EN:927 ZS:28,7 TZS:7,4 FH:45,3 SZH:123,7 CK:8,6 SO:6,0	EN:1212 ZS:48,1 TZS:12,9 FH:52,0 SZH:134,6CK:6,3 SO:3,8	EN:930 ZS:52,1 TZS:11,0 FH:25,5 SZH:87,1 CK:26,5 SO:4,0	EN:921 ZS:27,7 TZS:6,1 FH:26,7 SZH:140,7 CK:46,8 SO:3,5	EN:1216 ZS:39,8 TZS:13,4 FH:40,2 SZH:171,8 CK:16,4 SO:1,6	EN:952 ZS:44,6 TZS:10,5 FH:28,2 SZH:104,2 CK:15,3 SO:6,0	EN:1251 ZS:67,4 TZS:8,8 FH:43,7 SZH:115,3 CK:4,0 SO:4,8
Ebéd B	Tárkonyos zöldséglevés (1;9) Töltött káposzta (3) Piskóta rolád (1;3;7)	Lencsegyulás sertéshússal (1;3) Mák szórát Metélt tészta (1) Narancs	Zöldséges burgonyaleves (12) Rakott zöldség (sertéshússal) (7) Mandarin	Fahéjas szilvaleves (1;7) Rántott sertészelet (1;3) Rizi-bizi	Bakonyi sertés betyárleves (1;7) Morzsás nudli (1) Fahéj szórát	Paradicsomleves (1) Sült májas hurka (1;6;7;9;10) Hagymás tört burgonya (12) Cékla saláta (10) *	Magyaros karfiolleves (1;3) Baconbe göngyölt sajttal töltött csirkemell (7;10) Párolt zöldségköret
Tápanyagértékek	EN:557 ZS:20,1 TZS:11,8 FH:26,7 SZH:66,6 CK:22,4 SO:4,1	EN:1308 ZS:44,7 TZS:6,6 FH:47,9 SZH:166,3 CK:24,3 SO:2,8	EN:534 ZS:19,4 TZS:5,4 FH:26,7 SZH:57,7 CK:2,3 SO:0,3	EN:1937 ZS:97,1 TZS:13,6 FH:54,4 SZH:205,3 CK:47,5 SO:4,0	EN:1455 ZS:53,3 TZS:9,2 FH:39,5 SZH:153,2 CK:21,5 SO:4,9	EN:1180 ZS:39,3 TZS:1,8 FH:48,1 SZH:139,3 CK:14,1 SO:3,8	EN:680 ZS:35,3 TZS:8,4 FH:27,1 SZH:48,1 CK:1,5 SO:4,4

Allergének: 1. Glutén; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej, laktóz; 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezámmag; 12. Kén-dioxid és szulfitok; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.