

Felnőtt

(19-69 év)

Hétfő

2025.02.03.

Kedd

2025.02.04.

Szerda

2025.02.05.

Csütörtök

2025.02.06.

Péntek

2025.02.07.

Ebéd

-Májgaluskaleves (Z, T, G)
 -Mexikói pulykaragu (Z)
 -Bulgur (G)
 -Piskóta szelet (G, L, T, O, D)

S:15,3, E:1 025,0, ZS:34,5, T:1,8,
 F:46,4, CH:119,6, C:10,5, Ca:37,7

-Paradicsomleves (Z, G, T)
 -Csirkezuza pörkölt
 -Sós burgonya
 -Savanyúság (M)

S:7,5, E:1 144,0, ZS:43,3, T:0,1, F:42,5,
 CH:148,3, C:3,5, Ca:67,5

-Szlovák bableves tarjával (L, G)
 -Túrógombóc (G, L)
 -Gyümölcs

S:11,0, E:1 083,0, ZS:41,8, T:14,6,
 F:34,0, CH:125,4, C:1,1, Ca:205,6

-Csontleves (Z, G, T)
 -Székelykáposzta (G, L)
 -Kenyér (G)

S:14,4, E:951,0, ZS:23,5, T:5,7, F:63,3,
 CH:96,4, C:2,0, Ca:267,6

-Minestrone leves (Z, G, T)
 -Vadvirág sertésszelet (L, G)
 -Párolt rizs
 -Kakaós étparány (G, L, T)

S:19,5, E:1 361,0, ZS:64,9, T:4,1,
 F:49,0, CH:146,7, C:3,0, Ca:143,6

Összesen

S:15,3, E:1 025,0, ZS:34,5, T:1,8,
 F:46,4, CH:119,6, C:10,5, Ca:37,7

S:7,5, E:1 144,0, ZS:43,3, T:0,1, F:42,5,
 CH:148,3, C:3,5, Ca:67,5

S:11,0, E:1 083,0, ZS:41,8, T:14,6,
 F:34,0, CH:125,4, C:1,1, Ca:205,6

S:14,4, E:951,0, ZS:23,5, T:5,7, F:63,3,
 CH:96,4, C:2,0, Ca:267,6

S:19,5, E:1 361,0, ZS:64,9, T:4,1,
 F:49,0, CH:146,7, C:3,0, Ca:143,6



Jó étvágyat!

A változás jogát fenntartjuk!

Virág Petra
élelmezésvezető

Jelmagyarázat:

Allergén jelmagyarázat:

S: só (g) E: energia (kcal)
 ZS: zsír (g) T: telített zsírsav (g)
 F: fehérje (g) CH: szénhidrát (g)
 C: cukor (g) Ca: kalcium (mg)

G: glutén, gabonák
 L: laktóz, tej, tejtermékek
 T: tojás, fehérje
 F: földimogyoró

Z: zeller
 R: rákfélék
 H: halak
 O: szója
 D: diófélék, mandula, pisztácia
 M: mustár
 S: szezám
 K: szulfitok, kén-dioxid

C: csillagfűrt
 P: puhatestűek

Felnőtt

(19-69 év)

Hétfő

2025.02.10.

Kedd

2025.02.11.

Szerda

2025.02.12.

Csütörtök

2025.02.13.

Péntek

2025.02.14.

Ebéd

-Tejfölös zöldbableves (Z, G, T, L)
-Stefánia vagdalt (T, G)
-Tört burgonya
-Savanyúság (M)

S:14,2, E:1 422,0, ZS:51,5, T:5,7,
F:55,4, CH:902,4, C:2,5, Ca:151,3

-Lencseleves (G, Z)
-Tejszínes kukoricás csirkemell (T, L)
-Párolt rizs

S:9,2, E:1 231,0, ZS:43,3, T:5,6, F:55,5,
CH:150,3, C:2,3, Ca:124,3

-Nyírségi krumpligombóc leves (Z, L, G, T)
-Káposztás tészta (G)
-Gyümölcs

S:14,4, E:1 287,0, ZS:33,6, T:5,3,
F:47,6, CH:183,0, C:0,4, Ca:192,1

-Vajgaluska leves (Z, G, T)
-Paradicsomos húsgombóc (T, Z, G)
-Sós burgonya félköret
-Müzliszelet (G, L, F, O, D, S)

S:14,0, E:3 389,0, ZS:102,4, T:34,8,
F:76,1, CH:540,0, C:120,1, Ca:73,3

-Karalábéleves (Z, G, T)
-Stroganoff sertésszelet (M, T)
-Orsó tészta

S:24,6, E:1 282,0, ZS:60,1, T:4,9,
F:59,3, CH:112,0, C:4,0, Ca:66,9

Összesen

S:14,2, E:1 422,0, ZS:51,5, T:5,7,
F:55,4, CH:902,4, C:2,5, Ca:151,3

S:9,2, E:1 231,0, ZS:43,3, T:5,6, F:55,5,
CH:150,3, C:2,3, Ca:124,3

S:14,4, E:1 287,0, ZS:33,6, T:5,3,
F:47,6, CH:183,0, C:0,4, Ca:192,1

S:14,0, E:3 389,0, ZS:102,4, T:34,8,
F:76,1, CH:540,0, C:120,1, Ca:73,3

S:24,6, E:1 282,0, ZS:60,1, T:4,9,
F:59,3, CH:112,0, C:4,0, Ca:66,9



Jó étvágyat!

A változás jogát fenntartjuk!

Virág Petra
élelmezésvezető

Jelmagyarázat:

Allergén 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