

A menü					
Felnőtt (19-69 év)	Hétfő 2025.02.24.	Kedd 2025.02.25.	Szerda 2025.02.26.	Csütörtök 2025.02.27.	Péntek 2025.02.28.
Ebéd				- Magyaros burgonyaleves (G, T) - Temesvári sertés szelet (L) - Tészta köret (G, T)	-Húsleves (G, L, T, O, M, S, K, Z) -Főtt hús -Párolt rizs -Meggy mártás (G, L) -Görög joghurt kekszes (G, L, T, F, D, H, O, S)
				S:2,8, E:1 066,0, ZS:41,6, T:4,9, F:49,0, CH:122,4, C:7,2, Ca:46,8	S:2,7, E:2 230,0, ZS:67,3, T:20,1, F:114,6, CH:259,5, C:105,9, Ca:13,2
Összesen				S:2,8, E:1 066,0, ZS:41,6, T:4,9, F:49,0, CH:122,4, C:7,2, Ca:46,8	S:2,7, E:2 230,0, ZS:67,3, T:20,1, F:114,6, CH:259,5, C:105,9, Ca:13,2

Jó étvágyat!					
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: szezámmag	
C: cukor (g)	Ca: kalcium (mg)	F: földimogyoró	O: szója	K: szulfitok, kén-dioxid	

A menü					
Felnőtt (19-69 év)	Hétfő 2025.03.03.	Kedd 2025.03.04.	Szerda 2025.03.05.	Csütörtök 2025.03.06.	Péntek 2025.03.07.
Ebéd	-Daragaluska leves (G, T, Z) -Sárgaborsó főzelék (G, Z, M, L, T, O, S, K) -Sertéspörkölt (G)	-Zöldségkrémleves levesgyönggyel (G, L, T) -Tarhonyáshús (G, O, M) -Vágott vegyes savanyúság	-Paradicsomleves (G, T) -Rakott kelkáposzta (L, G, T, O, M, S, K)	-Csontleves (Z, M) -Finomfőzelék (L, G, Z, M) -Sült virsli -"Gyümölcssaláta	-Csülkös bableves (G, T) -Kakaós kalács kelt (G, L, T)
	S:2,0, E:862,0, ZS:33,5, T:0,2, F:43,8, CH:91,1, C:7,9, Ca:323,0	S:5,0, E:1 000,0, ZS:45,1, T:10,9, F:38,5, CH:107,3, C:12,0, Ca:27,9	S:1,2, E:1 933,0, ZS:42,7, T:2,8, F:81,7, CH:285,9, C:148,3, Ca:254,4	S:1,1, E:1 444,0, ZS:81,8, T:2,5, F:45,5, CH:116,2, C:28,5, Ca:205,4	S:3,2, E:1 172,0, ZS:40,8, T:4,9, F:41,8, CH:147,6, C:29,9, Ca:204,2
Összesen	S:2,0, E:862,0, ZS:33,5, T:0,2, F:43,8, CH:91,1, C:7,9, Ca:323,0	S:5,0, E:1 000,0, ZS:45,1, T:10,9, F:38,5, CH:107,3, C:12,0, Ca:27,9	S:1,2, E:1 933,0, ZS:42,7, T:2,8, F:81,7, CH:285,9, C:148,3, Ca:254,4	S:1,1, E:1 444,0, ZS:81,8, T:2,5, F:45,5, CH:116,2, C:28,5, Ca:205,4	S:3,2, E:1 172,0, ZS:40,8, T:4,9, F:41,8, CH:147,6, C:29,9, Ca:204,2

Jó étvágyat!

Jelmagyarázat:

Allergén jelmagyarázat:

S: só (g)
ZS: zsír (g)
F: fehérje (g)
C: cukor (g)

E: energia (kcal)
T: telített zsírsav (g)
CH: szénhidrát (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

A menü					
Felnőtt (19-69 év)	Hétfő 2025.03.10.	Kedd 2025.03.11.	Szerda 2025.03.12.	Csütörtök 2025.03.13.	Péntek 2025.03.14.
Ebéd	-Almaleves (L, G) -Rakott burgonya (T, L) -Csemege uborka	-Kukoricakrémleves (L, G) -Zúzapörkölt (K, Z) -Tészta köret (G, T)	-Tojásleves (T, G, Z, M, L, O, S, K) -Bakonyi sertés tokány (Z, M, L, G) -Párolt rizs -Csemege uborka		
	S:3,6, E:808,0, ZS:33,3, T:5,9, F:26,4, CH:85,5, C:9,1, Ca:173,1	S:2,7, E:798,0, ZS:31,5, T:4,1, F:19,6, CH:110,7, C:7,6, Ca:18,4	S:4,3, E:1 152,0, ZS:57,6, T:4,4, F:40,2, CH:113,3, C:6,6, Ca:88,6		
Összesen	S:3,6, E:808,0, ZS:33,3, T:5,9, F:26,4, CH:85,5, C:9,1, Ca:173,1	S:2,7, E:798,0, ZS:31,5, T:4,1, F:19,6, CH:110,7, C:7,6, Ca:18,4	S:4,3, E:1 152,0, ZS:57,6, T:4,4, F:40,2, CH:113,3, C:6,6, Ca:88,6		

Jó étvágyat!					
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: szezám	
C: cukor (g)	Ca: kalcium (mg)	F: földimogyoró	O: szója	K: szulfitok, kén-dioxid	