

Étkezés	2026.04.13 Hétfő	2026.04.14 Kedd	2026.04.15 Szerda	2026.04.16 Csütörtök	2026.04.17 Péntek
Tízórai	Tej1,5% ⁷ E: 97kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Briós** ^{1,3,7} E: 119kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 21g, Cuk: 3g, Só: 0,3g	Vadmálnás tea ¹² E: 33kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 8g, Cuk: 8g, Só: 0,0g TK formakenyér ¹ E: 117kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Citromos házi halpástétom ^{1,3,4,7,10} E: 120kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Paradicsom E: 7kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Trópusi gyümölcs tea ¹² E: 33kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 8g, Cuk: 8g, Só: 0,0g TK formakenyér ¹ E: 117kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Lilahagymás túrókrém ⁷ E: 36kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Tej1,5% ⁷ E: 97kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,0g TK formakenyér ¹ E: 117kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Csicseriborsókrém ⁷ E: 125kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	Citromos tea E: 33kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 8g, Cuk: 8g, Só: 0,0g TK formakenyér ¹ E: 117kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Baromfi virsli ^{1,6,7} E: 151kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 1,4g Ketchup E: 16kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 4g, Cuk: 2g, Só: 0,0g
Ebéd	Serpenyős burgonya pulykahússal SM E: 402kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 1g, Feh.: 23g, CH: 40g, Cuk: 0g, Só: 1,0g TK formakenyér ¹ E: 117kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Rostos gyümölcslé 2 dl E: 121kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 20g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Csemege uborka E: 10kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	Lenmagos daragaluska leves ^{1,3,7,9,10} E: 253kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,2g Főtt tojás ³ E: 84kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Parajfőzelék ^{1,7} E: 209kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 0g, Feh.: 9g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,3g Főtt burgonya 1/2 E: 142kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Túró rudi ^{7,15,16} E: 321kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 0g, Feh.: 9g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Magyaros karfiol leves ^{1,3,7,9,10} E: 232kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,1g TK.Tarhonyáshús (szárnyas) ^{1,3} E: 549kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 0g, Feh.: 34g, CH: 53g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Vitamin saláta E: 31kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 7g, Cuk: 4g, Só: 0,0g Szezonális gyümölcs E: 120kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Zöldségleves ^{1,3,9} E: 174kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 20g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Bakonyi harcsaragu SM ^{1,4,7} E: 274kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 1g, Feh.: 17g, CH: 10g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Párolt rizs E: 386kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 1g, Feh.: 7g, CH: 67g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Csirke májgombóc leves ^{1,3,7,9,10} E: 342kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 0g, Feh.: 16g, CH: 52g, Cuk: 0g, Só: 0,2g Tejbendara ^{1,7} E: 348kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 2g, Feh.: 12g, CH: 67g, Cuk: 20g, Só: 0,4g Kakaó szórat E: 119kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 26g, Cuk: 26g, Só: 0,3g
Uzsonna	Kifli ¹ E: 161kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 31g, Cuk: 1g, Só: 0,8g Natúr kocka sajt ⁷ E: 47kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Sajtos pereg ^{1,7} E: 199kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 31g, Cuk: 4g, Só: 0,4g	Kifli ¹ E: 161kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 31g, Cuk: 1g, Só: 0,8g Kefir poharas ⁷ E: 81kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 0,4g	Zsemle ¹ E: 144kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 30g, Cuk: 0g, Só: 0,8g Ráma margarin E: 63kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Baromfi párizsi ^{1,6,7} E: 74kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,1g TV paprika E: 6kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Rozskenyér ¹ E: 157kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Natúr kocka sajt ⁷ E: 47kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Paradicsom E: 7kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk, közzéteesszük. Megértésüket köszönjük! Az esetleges étlapváltoztatásokért elnézést kérünk!

Allergének:1. Glutént tartalmazó gabona, 2. Rákfélék és azokból készült termékek, 3. Tojás és abból készült termékek, 4. Halak és azokból készült termékek, 5. Földimogyoró és abból készült termékek, 6. Szójabab és abból készült termékek, 7. Tej és abból készült termékek, 8. Diófélék, 9. Zeller és abból készült termékek, 10. Mustár és abból készült termékek, 11. Szezámag és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfűrt, 15. Dióféléket tartalmazhat, 16. Földimogyorót tartalmazhat, 17. Szezámagot tartalmazhat