

Étkezés	2026.09.28 Hétfő	2026.09.29 Kedd	2026.09.30 Szerda	2026.10.01 Csütörtök	2026.10.02 Péntek
Ebéd	Magyaros burgonyaleves SM ^{1,3,7,9,10} E: 160kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,1g, Ca: 0,0mg	Csirkemájás zöldséges rizottó ^{1,3,7,9,10} E: 587kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 2g, Feh.: 32g, CH: 88g, Cuk: 0g, Só: 0,5g, Ca: 0,0mg	Gulyásleves pulykahúsból ^{1,3,7,9,10} E: 277kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 0g, Feh.: 17g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 0,1g, Ca: 0,0mg	Zöldségleves ^{1,3,9} E: 227kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,1g, Ca: 0,0mg	Daragaluska-leves ^{1,3,9} E: 124kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 20g, Cuk: 0g, Só: 0,1g, Ca: 0,0mg
	Bakonyi csirkeragu SM ^{1,7} E: 428kcal, Zsír: 30g, T.zsír: 4g, Feh.: 22g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,3g, Ca: 60,0mg	Csicseriborsó krémleves ^{1,3,7,9,10} E: 296kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 15g, CH: 41g, Cuk: 0g, Só: 0,3g, Ca: 0,0mg	Tejbendara ^{1,7} E: 356kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 2g, Feh.: 13g, CH: 60g, Cuk: 22g, Só: 0,6g, Ca: 342,0mg	Kapros harcsapaprikás ^{1,4,7} E: 276kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 2g, Feh.: 17g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,6g, Ca: 25,0mg	TK formakenyér ¹ E: 141kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,6g, Ca: 0,0mg
	Bulgur ¹ E: 362kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 0g, Feh.: 11g, CH: 68g, Cuk: 3g, Só: 0,1g, Ca: 0,0mg	Mongol saláta ^{10,12} E: 36kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 8g, Cuk: 4g, Só: 0,1g, Ca: 0,0mg	TK formakenyér ¹ E: 94kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,4g, Ca: 0,0mg	Tészta köret ^{1,3} E: 393kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 15g, CH: 73g, Cuk: 0g, Só: 0,6g, Ca: 0,0mg	Falafel ¹ E: 249kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 2g, Feh.: 0g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 0,9g, Ca: 0,0mg
	Szezonális gyümölcs E: 48kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 10g, Cuk: 0g, Só: 0,0g, Ca: 0,0mg	Sajt szórat ⁷ E: 74kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,3g, Ca: 120,0mg	Kakaó szórat E: 88kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 22g, Cuk: 22g, Só: 0,0g, Ca: 0,0mg		Kelkáposzta főzelék ¹ E: 288kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 0g, Feh.: 10g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 0,4g, Ca: 0,0mg
			Szezonális gyümölcs E: 96kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 20g, Cuk: 0g, Só: 0,0g, Ca: 0,0mg		

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. Szezám és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfűrt, 15. Dióféléket tartalmazhat, 16. Földimogyorót tartalmazhat, 17. Szezámot tartalmazhat