

	Hétfő 09.22	Kedd 09.23	Szerda 09.24	Csütörtök 09.25	Péntek 09.26	Szombat 09.27	Vasárnap 09.28
Ebéd	Palóclevés (1;7;12;) EN:322.0kcal ZS:21.1g TZS:6.7g SZH:16.2g CK:2.1g FH:14.8g SÓ:1.0g CA:28.6mg Főtt tészta (1;) EN:347.1kcal ZS:8.3g TZS:1.1g SZH:57.6g CK:2.8g FH:9.8g SÓ:1.0g Dejő szórát (1;) EN:214.5kcal ZS:6.3g TZS:0.5g SZH:32.8g CK:25.4g FH:5.5g Alma EN:52.7kcal SZH:11.9g CK:4.1g FH:0.7g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Zöldséggaluska leves (1;3;7;9;) EN:79.2kcal ZS:1.7g TZS:0.9g SZH:11.9g CK:4.0g FH:3.7g SÓ:0.6g CA:32.5mg Füstölt-főtt tarja kocka EN:208.8kcal ZS:16.0g TZS:6.4g SZH:1.0g CK:0.4g FH:15.3g SÓ:3.1g Paradicsomos káposzta (1;) EN:204.2kcal ZS:6.2g TZS:0.6g SZH:30.5g CK:12.2g FH:5.1g SÓ:0.7g CA:0.0mg Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g Menüsüti (7;) EN:105.8kcal ZS:3.7g SZH:16.9g FH:1.3g	Magyaros burgonyaleves (1;9;12;) EN:160.6kcal ZS:2.1g TZS:0.5g SZH:28.6g CK:0.5g FH:4.4g SÓ:0.0g CA:0.0mg Kukoricás csirkeragu EN:234.4kcal ZS:17.1g TZS:5.1g SZH:5.0g CK:1.5g FH:14.0g SÓ:1.7g Párolt bulgur (1;) EN:452.2kcal ZS:4.3g TZS:0.2g SZH:86.6g CK:12.4g FH:16.1g SÓ:1.1g CA:0.0mg Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Reszelttészta leves (6;) EN:127.5kcal ZS:4.8g TZS:0.6g SZH:17.9g CK:3.2g FH:2.4g SÓ:1.8g CA:0.0mg Sertéspörkölt EN:189.3kcal ZS:11.1g TZS:2.3g SZH:3.2g CK:0.2g FH:17.9g SÓ:1.7g CA:0.0mg Tarhonya (1;) EN:428.7kcal ZS:9.8g TZS:1.3g SZH:72.0g CK:3.5g FH:12.2g SÓ:1.0g Csemege uborka * (10;12;) EN:8.8kcal ZS:0.1g SZH:1.4g CK:0.3g FH:0.6g SÓ:1.4g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Vaníliás körtekrémleves (1;7;) EN:207.2kcal ZS:5.3g TZS:4.2g SZH:35.8g CK:25.6g FH:2.9g SÓ:0.0g CA:0.0mg Sertéshúsos rizottó EN:649.6kcal ZS:19.6g TZS:3.5g SZH:86.4g CK:0.5g FH:31.3g SÓ:3.8g CA:0.0mg Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Zöldségleves (1;) EN:118.3kcal ZS:3.8g TZS:0.4g SZH:15.8g CK:0.4g FH:1.5g SÓ:1.1g CA:0.0mg Csülök Pékné módra (12;) EN:766.5kcal ZS:45.5g TZS:14.5g SZH:53.3g CK:0.0g FH:29.2g SÓ:1.8g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Sertésragu leves (1;12;) EN:278.7kcal ZS:10.7g TZS:2.0g SZH:25.8g CK:4.7g FH:18.5g SÓ:0.8g CA:0.0mg Császármorzsa (1;3;6;7;) EN:816.5kcal ZS:17.3g TZS:7.3g SZH:142.8g FH:21.0g SÓ:0.0g Barack jam Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g

		Hétfő 09.22	Kedd 09.23	Szerda 09.24	Csütörtök 09.25	Péntek 09.26	Szombat 09.27	Vasárnap 09.28
Ebéd B	Zöldbableves (1;3;)	Zöldséggaluska leves (1;3;7;9;)	Magyaros burgonyaleves (1;9;12;)	Reszelttészta leves (6;)	Vaníliás körtekrémleves (1;7;)	Zöldségleves (1;)	Zöldségraguleves (9;)	
	EN:163.8kcal ZS:8.5g TZS:1.0g SZH:16.2g CK:2.9g FH:4.5g SÓ:1.7g CA:0.0mg	EN:79.2kcal ZS:1.7g TZS:0.9g SZH:11.9g CK:4.0g FH:3.7g SÓ:0.6g CA:32.5mg	EN:160.6kcal ZS:2.1g TZS:0.5g SZH:28.6g CK:0.5g FH:4.4g SÓ:0.0g CA:0.0mg	EN:127.5kcal ZS:4.8g TZS:0.6g SZH:17.9g CK:3.2g FH:2.4g SÓ:1.8g CA:0.0mg	EN:207.2kcal ZS:5.3g TZS:4.2g SZH:35.8g CK:25.6g FH:2.9g SÓ:0.0g CA:0.0mg	EN:118.3kcal ZS:3.8g TZS:0.4g SZH:15.8g CK:0.4g FH:1.5g SÓ:1.1g CA:0.0mg	EN:33.0kcal ZS:1.2g TZS:0.1g SZH:4.4g CK:2.1g FH:0.8g SÓ:1.0g	
	Főtt tészta (1;)	Falafel (1;)	Kukoricás tofu ragu (6;)	Vega chilis bab	Zöldséges-sajtos rizottó (7;)	Boszorkány ragu vega * (6;7;10;12;)	Mákos guba (1;7;)	
	EN:347.1kcal ZS:8.3g TZS:1.1g SZH:57.6g CK:2.8g FH:9.8g SÓ:1.0g	EN:407.8kcal ZS:30.0g TZS:3.3g SZH:25.0g CK:1.5g FH:7.4g SÓ:0.9g	EN:222.1kcal ZS:14.3g TZS:2.0g SZH:6.8g CK:2.7g FH:15.4g SÓ:1.1g	EN:449.6kcal ZS:4.0g TZS:0.4g SZH:66.1g CK:8.4g FH:27.0g SÓ:1.6g CA:0.0mg	EN:637.1kcal ZS:8.8g TZS:5.3g SZH:118.6g CK:1.4g FH:22.5g SÓ:0.7g CA:240.0mg	EN:219.3kcal ZS:16.1g TZS:3.4g SZH:6.4g CK:1.9g FH:11.2g SÓ:15.4g CA:80.0mg	EN:247.2kcal ZS:8.2g TZS:2.5g SZH:33.3g CK:23.7g FH:9.4g SÓ:0.3g CA:198.0mg	
	Dejő szórát (1;)	Paradicsomos káposzta (1;)	Bulgur köret (1;)	Félbarna kenyér (1;)	Félbarna kenyér (1;)	Főtt burgonya (12;)	Vanília öntet (1;7;)	
	EN:214.5kcal ZS:6.3g TZS:0.5g SZH:32.8g CK:25.4g FH:5.5g	EN:204.2kcal ZS:6.2g TZS:0.6g SZH:30.5g CK:12.2g FH:5.1g SÓ:0.7g CA:0.0mg	EN:452.2kcal ZS:4.3g TZS:0.2g SZH:86.6g CK:12.4g FH:16.1g SÓ:1.1g CA:0.0mg	EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	EN:310.2kcal ZS:0.7g SZH:60.7g FH:8.3g SÓ:1.0g	EN:96.7kcal ZS:2.3g TZS:1.5g SZH:13.8g CK:8.5g FH:5.4g SÓ:0.1g CA:180.0mg	
	Alma	Félbarna kenyér (1;)	Félbarna kenyér (1;)			Félbarna kenyér (1;)	Félbarna kenyér (1;)	
	EN:52.7kcal SZH:11.9g CK:4.1g FH:0.7g	EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g			EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	
	Félbarna kenyér (1;)	Menüsüti (7;)						
	EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	EN:105.8kcal ZS:3.7g SZH:16.9g FH:1.3g						

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk.

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia: kcal/adag); ZS(zsír: g/adag); TZS(telített zsírsav: g/adag); SZH(zsénhidrát: g/adag); CK(cukor: g/adag); FH(fehérje: g/adag); SÓ(só: g/adag); CA(kalcium: mg/adag). Allergének: 1-Glutén; 2-Rákfélék; 3-Tojás; 4-Halak; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezámag; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csillagfürt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Készült a VITÁL ERP 10 rendszerrel. Copyright © NYÁRÁDI Pénzügyi Tanácsadó Kft. (info@nyaradi.hu)

Lapszám: 2 / 2

Nyomtatva: 2025.07.30. 10:00