

	Hétfő 01.26	Kedd 01.27	Szerda 01.28	Csütörtök 01.29	Péntek 01.30	Szombat 01.31	Vasárnap 02.01
Ebéd A	Zöldséges tarhonyaleves (1;) EN:177.2kcal ZS:10.7g TZS:2.1g SZH:16.5g CK:2.5g FH:2.9g SÓ:1.0g	Sütőtök krémleves (1;7;12;) EN:255.6kcal ZS:9.7g TZS:5.1g SZH:36.0g CK:16.7g FH:4.4g SÓ:0.7g	Daragaluska leves (1;3;) EN:205.0kcal ZS:12.0g TZS:2.5g SZH:15.6g CK:3.0g FH:8.0g SÓ:0.7g	Frankfurtileves (1;7;12;) EN:301.8kcal ZS:20.3g TZS:8.4g SZH:16.7g CK:1.7g FH:11.3g SÓ:1.4g	Köménymag leves (1;) EN:89.4kcal ZS:7.7g TZS:0.9g SZH:4.2g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.4g	Erőleves levestésztával (1;) EN:149.9kcal ZS:7.4g TZS:1.1g SZH:13.7g CK:3.4g FH:6.4g SÓ:0.5g	Sajtkrémleves (7;) EN:201.7kcal ZS:18.3g TZS:8.8g SZH:4.9g CK:4.0g FH:4.4g SÓ:0.7g
	Fasírt golyó (1;6;) EN:334.5kcal ZS:26.0g TZS:3.8g SZH:13.0g CK:1.0g FH:11.0g SÓ:1.8g	Napraforgómag EN:58.4kcal ZS:5.2g TZS:0.4g SZH:1.1g CK:0.3g FH:2.1g	Lucskos káposzta (1;7;) EN:296.8kcal ZS:12.8g TZS:4.5g SZH:19.1g CK:1.0g FH:24.0g SÓ:1.7g	Főtt tészta köret (1;) EN:409.0kcal ZS:7.6g TZS:1.1g SZH:72.0g CK:3.5g FH:12.2g SÓ:0.6g	Pirított zsemlekocka (1;) EN:81.6kcal ZS:0.3g TZS:0.2g SZH:16.6g CK:0.8g FH:2.7g SÓ:0.1g	Zöldborsós csirkeragu (1;) EN:233.4kcal ZS:9.1g TZS:1.6g SZH:11.4g CK:0.0g FH:23.7g SÓ:0.8g	Levesgyöngy (1;3;7;) EN:75.0kcal ZS:4.2g TZS:2.0g SZH:7.9g CK:0.9g FH:1.2g SÓ:0.1g
	Zöldbabfőzelék (1;7;) EN:281.6kcal ZS:16.9g TZS:5.7g SZH:20.6g CK:7.0g FH:8.8g SÓ:0.6g	Rántott halrúd (1;4;) EN:282.6kcal ZS:21.0g TZS:2.2g SZH:14.3g CK:0.4g FH:8.3g SÓ:0.4g	Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Dejő szórat (1;) EN:216.4kcal ZS:7.5g TZS:0.6g SZH:29.3g CK:20.5g FH:6.6g	Rizseshús (sertés) EN:531.7kcal ZS:16.1g TZS:2.7g SZH:72.8g CK:0.0g FH:23.4g SÓ:1.0g	Főtt tészta (1;) EN:428.7kcal ZS:9.8g TZS:1.3g SZH:72.0g CK:3.5g FH:12.2g SÓ:0.6g	Disznótoros (1;6;7;9;10;) EN:315.4kcal ZS:27.2g TZS:7.9g SZH:1.4g CK:0.0g FH:13.6g SÓ:1.1g
	Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Petrezselymes rizs EN:499.1kcal ZS:7.7g TZS:0.9g SZH:96.9g CK:0.0g FH:11.6g SÓ:0.5g	Alma EN:52.5kcal ZS:0.6g SZH:10.5g FH:0.6g	Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Csalamádé (10;) EN:24.0kcal ZS:0.1g SZH:4.6g CK:2.2g FH:0.6g SÓ:1.0g		Párolt káposzta 1/2 EN:111.8kcal ZS:5.8g TZS:0.6g SZH:12.4g CK:5.0g FH:2.1g SÓ:0.7g
		Csiki mártás * (3;7;10;) EN:144.0kcal ZS:7.6g TZS:2.6g SZH:17.2g CK:14.9g FH:1.5g SÓ:0.5g			Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g		Tört burgonya 1/2 (12;) EN:207.3kcal ZS:7.7g TZS:0.8g SZH:27.6g FH:3.8g SÓ:0.3g
Ebéd B	Zöldséges tarhonyaleves (1;) EN:177.2kcal ZS:10.7g TZS:2.1g SZH:16.5g CK:2.5g FH:2.9g SÓ:1.0g	Sütőtök krémleves (1;7;12;) EN:255.6kcal ZS:9.7g TZS:5.1g SZH:36.0g CK:16.7g FH:4.4g SÓ:0.7g	Daragaluska leves (1;3;) EN:205.0kcal ZS:12.0g TZS:2.5g SZH:15.6g CK:3.0g FH:8.0g SÓ:0.7g	Tárkonyos zöldségleves (1;) EN:146.1kcal ZS:6.8g TZS:0.7g SZH:17.9g CK:4.8g FH:3.6g SÓ:0.7g	Köménymag leves (1;) EN:89.4kcal ZS:7.7g TZS:0.9g SZH:4.2g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.4g	Erőleves levestésztával (1;) EN:149.9kcal ZS:7.4g TZS:1.1g SZH:13.7g CK:3.4g FH:6.4g SÓ:0.5g	Sajtkrémleves (7;) EN:201.7kcal ZS:18.3g TZS:8.8g SZH:4.9g CK:4.0g FH:4.4g SÓ:0.7g
	Falafel (1;) EN:407.8kcal ZS:30.0g TZS:3.3g SZH:25.0g CK:1.5g FH:7.4g SÓ:0.9g	Napraforgómag EN:58.4kcal ZS:5.2g TZS:0.4g SZH:1.1g CK:0.3g FH:2.1g	Lucskos káposzta vega (1;6;7;) EN:298.6kcal ZS:15.2g TZS:4.0g SZH:19.7g CK:1.3g FH:19.0g SÓ:1.5g	Főtt tészta köret (1;) EN:409.0kcal ZS:7.6g TZS:1.1g SZH:72.0g CK:3.5g FH:12.2g SÓ:0.6g	Pirított zsemlekocka (1;) EN:81.6kcal ZS:0.3g TZS:0.2g SZH:16.6g CK:0.8g FH:2.7g SÓ:0.1g	Vadas zöldségragu (1;7;9;10;) EN:290.2kcal ZS:14.4g TZS:4.3g SZH:17.5g CK:6.4g FH:21.3g SÓ:0.6g	Levesgyöngy (1;3;7;) EN:75.0kcal ZS:4.2g TZS:2.0g SZH:7.9g CK:0.9g FH:1.2g SÓ:0.1g
	Zöldbabfőzelék (1;7;) EN:281.6kcal ZS:16.9g TZS:5.7g SZH:20.6g CK:7.0g FH:8.8g SÓ:0.6g	Rántott halrúd (1;4;) EN:282.6kcal ZS:21.0g TZS:2.2g SZH:14.3g CK:0.4g FH:8.3g SÓ:0.4g	Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Dejő szórat (1;) EN:216.4kcal ZS:7.5g TZS:0.6g SZH:29.3g CK:20.5g FH:6.6g	Zöldséges rizottó EN:464.9kcal ZS:5.8g TZS:0.7g SZH:91.1g CK:2.3g FH:12.5g SÓ:1.7g	Főtt tészta (1;) EN:428.7kcal ZS:9.8g TZS:1.3g SZH:72.0g CK:3.5g FH:12.2g SÓ:0.6g	Roston tofu (6;) EN:158.3kcal ZS:12.2g TZS:1.9g SZH:1.6g CK:0.1g FH:0.8g SÓ:10.6g
	Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Petrezselymes rizs EN:499.1kcal ZS:7.7g TZS:0.9g SZH:96.9g CK:0.0g FH:11.6g SÓ:0.5g	Alma EN:52.5kcal ZS:0.6g SZH:10.5g FH:0.6g	Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g	Reszelt sajt (7;) EN:69.4kcal ZS:5.4g TZS:3.4g SZH:0.4g CK:0.4g FH:5.2g SÓ:0.3g		Párolt káposzta 1/2 EN:111.8kcal ZS:5.8g TZS:0.6g SZH:12.4g CK:5.0g FH:2.1g SÓ:0.7g
		Csiki mártás * (3;7;10;) EN:144.0kcal ZS:7.6g TZS:2.6g SZH:17.2g CK:14.9g FH:1.5g SÓ:0.5g			Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g		Tört burgonya 1/2 (12;) EN:207.3kcal ZS:7.7g TZS:0.8g SZH:27.6g FH:3.8g SÓ:0.3g

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(szénhidrát: g/adag); CK(cukor: g/adag); FH(kehérsé: g/adag); SÓ(só: g/adag); CA(kalcium: mg/adag). Allergének: 1-Glutén; 2-Rákfélék; 3-Tojás; 4-Halal; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezámag; 12-Kén-dioxid, szulfidok; 13-Csilagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

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

Lapszám: 1 / 2

Nyomtatva: 2025.12.05. 11:22

GasztViTál	Hétfő 01.26	Kedd 01.27	Szerda 01.28	Csütörtök 01.29	Péntek 01.30	Szombat 01.31	Vasárnap 02.01
Ebéd B		Félbarna kenyér (1;) EN:263.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:53.7g CK:1.8g FH:10.0g SÓ:0.6g			Narancs EN:61.5kcal SZH:12.8g FH:0.9g		