

## 2019.07.01. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Zeller leves

Natúr szelet gomba raguval

Rizi-bizi

Vitamin saláta

Energia : 952,194 kcal  
So : 2 041,057 mg  
Fehérje : 38,303 g  
Zsir : 39,746 g  
- telített zsírsav : 8,046 g  
Szenhidrat : 108,221 g  
KalciumTejtermek : 36,000 mg  
Allergen : glutén  
Allergen : tej  
Allergen : zeller  
Allergen : tojás

## 2019.07.02. KEDD

Étkezés: Ebéd

Bableves

Rakott burgonya

Csemege uborka

Energia : 1 278,595 kcal  
So : 8 696,260 mg  
Fehérje : 51,453 g  
Zsir : 68,284 g  
- telített zsírsav : 16,552 g  
Szenhidrat : 112,112 g  
KalciumTejtermek : 30,000 mg  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás  
Allergen : tej

## 2019.07.03. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Legényfogó leves

Aranygaluska

Vanília öntet

Energia : 1 005,281 kcal  
So : 1 491,450 mg  
Cukor : 43,300 g  
Fehérje : 69,933 g  
Zsir : 36,391 g  
- telített zsírsav : 8,689 g  
Szenhidrat : 134,551 g  
KalciumTejtermek : 166,800 mg  
Allergen : tej  
Allergen : tojás  
Allergen : glutén  
Allergen : dió

## 2019.07.04. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Tojásleves

Karalábé főzelék

Vagdalthús

Energia : 970,661 kcal  
So : 2 977,220 mg  
Cukor : 5,000 g  
Fehérje : 39,716 g  
Zsir : 54,774 g  
- telített zsírsav : 8,458 g  
Szenhidrat : 81,410 g  
KalciumTejtermek : 34,200 mg  
Allergen : tojás  
Allergen : glutén  
Allergen : tej

## 2019.07.05. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Zöldborsó leves

Marha pörkölt

Galuska

Csemege uborka

Energia : 1 185,840 kcal  
So : 3 831,477 mg  
Fehérje : 48,038 g  
Zsir : 46,031 g  
- telített zsírsav : 11,133 g  
Szenhidrat : 149,697 g  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

## 2019.07.08. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

**Karfiol krémleves**

**Kukoricás sertésragu**

**Hántolt árpa**

Energia : 868,402 kcal  
So : 1 884,332 mg  
Fehérje : 34,024 g  
Zsir : 36,682 g  
- telített zsírsav : 7,735 g  
Szenhidrat : 100,621 g  
KalciumTejtermek : 30,000 mg  
Allergen : glutén  
Allergen : tej

## 2019.07.09. KEDD

Étkezés: Ebéd

**Kertész leves**

**Hentes tokány**

**Bulgur**

Energia : 799,705 kcal  
So : 2 729,105 mg  
Fehérje : 38,096 g  
Zsir : 28,916 g  
- telített zsírsav : 5,788 g  
Szenhidrat : 101,090 g  
Allergen : szója  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás  
Allergen : zeller

## 2019.07.10. SZERDA

Étkezés: Ebéd

**Sertés raguleves**

**Káposztás tészta**

**Cseresznye**

Energia : 862,268 kcal  
So : 1 986,620 mg  
Cukor : 7,000 g  
Fehérje : 35,883 g  
Zsir : 25,097 g  
- telített zsírsav : 4,456 g  
Szenhidrat : 121,506 g  
Allergen : tojás  
Allergen : zeller  
Allergen : glutén

## 2019.07.11. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

**Grízgaluska leves**

**Töltött paprika**

**Fél adag burgonya**

Energia : 884,450 kcal  
So : 1 954,695 mg  
Cukor : 20,000 g  
Fehérje : 36,898 g  
Zsir : 25,422 g  
- telített zsírsav : 4,952 g  
Szenhidrat : 125,565 g  
Allergen : tojás  
Allergen : glutén  
Allergen : zeller

## 2019.07.12. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

**Paradicsom leves**

**Cigánypecsenye**

**Burgonya köret**

**Csemege uborka**

Energia : 1 019,840 kcal  
So : 4 853,850 mg  
Cukor : 10,000 g  
Fehérje : 34,909 g  
Zsir : 50,465 g  
- telített zsírsav : 10,639 g  
Szenhidrat : 104,999 g  
Allergen : tojás  
Allergen : glutén

**2019.07.15. HÉTFŐ**

Étkezés: Ebéd

**Tejfölös zöldbableves**  
**Vagdalthús**  
**Petrezselymes burgonya**  
**Csemege uborka**

Energia : 1 113,740 kcal  
So : 5 095,545 mg  
Fehérje : 39,532 g  
Zsir : 50,875 g  
- telített zsírsav : 9,464 g  
Szenhidrat : 123,621 g  
KalciumTejtermek : 36,000 mg  
Allergen : tej  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás

**2019.07.16. KEDD**

Étkezés: Ebéd

**Karalábé leves**  
**Borsos tokány**  
**Tarhonya köret**  
**Vegyes savanyúság**

Energia : 856,672 kcal  
So : 2 023,372 mg  
Fehérje : 38,476 g  
Zsir : 35,171 g  
- telített zsírsav : 5,832 g  
Szenhidrat : 96,088 g  
Allergen : tojás  
Allergen : glutén

**2019.07.17. SZERDA**

Étkezés: Ebéd

**Frankfurti leves**  
**Ízes bukta**  
**Körte**

Energia : 805,171 kcal  
So : 2 416,970 mg  
Cukor : 7,000 g  
Fehérje : 58,481 g  
Zsir : 28,413 g  
- telített zsírsav : 9,791 g  
Szenhidrat : 113,231 g  
KalciumTejtermek : 64,200 mg  
Allergen : tej  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás  
Allergen : szója

**2019.07.18. CSÜTÖRTÖK**

Étkezés: Ebéd

**Májgaluska leves**  
**Paprikás burgonya kolbásszal**

Energia : 1 265,490 kcal  
So : 8 129,380 mg  
Fehérje : 50,403 g  
Zsir : 75,500 g  
- telített zsírsav : 17,145 g  
Szenhidrat : 93,796 g  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás

**2019.07.19. PÉNTEK**

Étkezés: Ebéd

**Vegyes zöldség leves**  
**Eszterházy sertés szelet**  
**Főtt tészta**

Energia : 1 041,875 kcal  
So : 3 118,197 mg  
Fehérje : 45,029 g  
Zsir : 43,812 g  
- telített zsírsav : 8,847 g  
Szenhidrat : 116,831 g  
KalciumTejtermek : 36,000 mg  
Allergen : tojás  
Allergen : glutén  
Allergen : zeller  
Allergen : mustár  
Allergen : tej

## 2019.07.22. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

**Minestrone leves**  
**Csirkemáj rizottó**  
**Fejes saláta**

Energia : 757,725 kcal  
So : 1 707,730 mg  
Cukor : 15,000 g  
Feherje : 33,595 g  
Zsir : 21,804 g  
- telített zsírsav : 2,625 g  
Szenhidrat : 104,471 g  
Allergen : zeller  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás

## 2019.07.23. KEDD

Étkezés: Ebéd

**Zöldborsó leves**  
**Töltöthús**  
**Majonézes kukoricasaláta**

Energia : 1 119,965 kcal  
So : 3 026,445 mg  
Cukor : 5,000 g  
Feherje : 47,815 g  
Zsir : 51,781 g  
- telített zsírsav : 9,628 g  
Szenhidrat : 115,899 g  
KalciumTejtermek : 36,000 mg  
Allergen : tej  
Allergen : mustár  
Allergen : tojás  
Allergen : glutén

## 2019.07.24. SZERDA

Étkezés: Ebéd

**Gulyás leves**  
**Darás tészta**  
**Vegyes savanyúság**

Energia : 769,718 kcal  
So : 1 809,302 mg  
Feherje : 34,339 g  
Zsir : 21,397 g  
- telített zsírsav : 4,386 g  
Szenhidrat : 108,481 g  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás  
Allergen : zeller

## 2019.07.25. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

**Csontleves finommetélttel**  
**Burgonya főzelék**  
**Virslis**

Energia : 892,908 kcal  
So : 3 839,130 mg  
Feherje : 33,596 g  
Zsir : 43,431 g  
- telített zsírsav : 14,959 g  
Szenhidrat : 90,112 g  
KalciumTejtermek : 36,000 mg  
Allergen : glutén  
Allergen : zeller  
Allergen : tojás  
Allergen : tej  
Allergen : szója

## 2019.07.26. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

**Zöldbab leves**  
**Rántott sertésszelet sokmagvas bundában**  
**Párolt rizs**  
**Csemege uborka**

Energia : 1 192,115 kcal  
So : 4 165,360 mg  
Feherje : 41,669 g  
Zsir : 55,341 g  
- telített zsírsav : 8,122 g  
Szenhidrat : 129,951 g  
Allergen : szezám  
Allergen : mandula  
Allergen : tojás

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

Allergen : glutén

## 2019.07.29. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Tarhonya leves  
Párizsi sertésszelet  
Rizs köret  
Vegyes savanyúság

Energia : 1 243,710 kcal  
So : 2 700,125 mg  
Fehérje : 42,160 g  
Zsir : 60,263 g  
- telített zsírsav : 9,729 g  
Szenhidrat : 131,149 g  
KalciumTejtermek : 11,400 mg  
Allergen : tojás  
Allergen : glutén  
Allergen : tej

## 2019.07.30. KEDD

Étkezés: Ebéd

Gomba leves  
Paprikás csirkecomb  
Galuska

Energia : 1 164,340 kcal  
So : 1 642,545 mg  
Fehérje : 50,490 g  
Zsir : 43,475 g  
- telített zsírsav : 8,436 g  
Szenhidrat : 148,009 g  
KalciumTejtermek : 36,000 mg  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás  
Allergen : tej

## 2019.07.31. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Baromfi becsinált leves  
Szilvás gombóc  
Őszibarack

Energia : 909,365 kcal  
So : 1 774,135 mg  
Cukor : 5,000 g  
Fehérje : 32,774 g  
Zsir : 22,497 g  
- telített zsírsav : 4,675 g  
Szenhidrat : 142,546 g  
KalciumTejtermek : 30,000 mg  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás  
Allergen : tej  
Allergen : zeller

## 2019.08.01. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Daragaluska leves  
Zöldbab főzelék  
Sertés pörkölt

Energia : 719,650 kcal  
So : 1 951,420 mg  
Fehérje : 34,718 g  
Zsir : 35,827 g  
- telített zsírsav : 7,658 g  
Szenhidrat : 65,143 g  
KalciumTejtermek : 36,000 mg  
Allergen : tej  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás  
Allergen : zeller

## 2019.08.02. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

**Vegyesgyümölcs leves**  
**Nyitrai szelet**  
**Rizs köret**  
**Csemege uborka**

Energia : 1 091,530 kcal  
So : 3 779,837 mg  
Cukor : 12,000 g  
Fehérje : 36,842 g  
Zsir : 51,918 g  
- telített zsírsav : 9,748 g  
Szenhidrat : 117,579 g  
KalciumTejtermek : 41,700 mg  
Allergen : tej  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás