

## 2019.09.02. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

**Lestyános karalábé leves**  
**Tarhonyáshús**  
**Kovászos uborka**

Energia : 871,298 kcal  
So : 3 481,392 mg  
Feherje : 39,776 g  
Zsir : 33,601 g  
- telített zsírsav : 5,712 g  
Szenhidrat : 101,868 g  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás

Energia : 871,298 kcal  
So : 3 481,392 mg

## 2019.09.03. KEDD

Étkezés: Ebéd

**Vágottborsó leves**  
**Almás csirkemellfilé**  
**Barna rizs**

Energia : 896,370 kcal  
So : 1 822,345 mg  
Feherje : 45,040 g  
Zsir : 25,881 g  
- telített zsírsav : 3,469 g  
Szenhidrat : 120,788 g  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás

Energia : 896,370 kcal  
So : 1 822,345 mg

## 2019.09.04. SZERDA

Étkezés: Ebéd

**Gulyás leves**  
**Diós tészta**  
**Nektarin**

Energia : 870,298 kcal  
So : 1 812,302 mg  
Cukor : 3,000 g  
Feherje : 37,054 g  
Zsir : 31,815 g  
- telített zsírsav : 5,269 g  
Szenhidrat : 107,638 g  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás  
Allergen : dió  
Allergen : zeller

Energia : 870,298 kcal  
So : 1 812,302 mg

## 2019.09.05. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

**Tojásleves**  
**Kapros tökfőzelék**  
**Vagdalthús**

Energia : 894,061 kcal  
So : 3 175,670 mg  
Feherje : 37,277 g  
Zsir : 51,433 g  
- telített zsírsav : 9,986 g  
Szenhidrat : 72,044 g  
KalciumTejtermek : 36,000 mg  
Allergen : tojás  
Allergen : glutén  
Allergen : tej

Energia : 894,061 kcal  
So : 3 175,670 mg

## 2019.09.06. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

**Brokkoli krémleves pirított zsemlekockával**  
**Grillezett csirkemell csíkok zöldfűszeres mártással**  
**Párolt köles**  
**Vitamin saláta**

Energia : 853,662 kcal  
So : 3 515,965 mg  
Feherje : 42,489 g  
Zsir : 35,686 g  
- telített zsírsav : 8,089 g  
Szenhidrat : 90,753 g  
KalciumTejtermek : 81,600 mg  
Allergen : kén-dioxid  
Allergen : tej  
Allergen : glutén

Energia : 853,662 kcal  
So : 3 515,965 mg

## 2019.09.09. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

**Zöldborsó leves**  
**Pirított csirkemáj**  
**Párolt rizs**  
**Csemege uborka**

Energia : 874,995 kcal  
So : 3 801,672 mg  
Feherje : 36,447 g  
Zsir : 31,058 g  
- telített zsírsav : 3,644 g  
Szenhidrat : 110,866 g  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás

Energia : 874,995 kcal  
So : 3 801,672 mg

## 2019.09.10. KEDD

Étkezés: Ebéd

**Csontleves finommetélttel**  
**Rozmaringos sertésszelet**  
**Burgonya püré**  
**Cékla**

Energia : 830,445 kcal  
So : 3 098,510 mg  
Feherje : 33,208 g  
Zsir : 40,417 g  
- telített zsírsav : 8,991 g  
Szenhidrat : 81,002 g  
KalciumTejtermek : 57,000 mg  
Allergen : tej  
Allergen : tojás  
Allergen : glutén  
Allergen : zeller

Energia : 830,445 kcal  
So : 3 098,510 mg

## 2019.09.11. SZERDA

Étkezés: Ebéd

**Palóc leves**  
**Fahéjas csiga**  
**Őszibarack**

Energia : 784,973 kcal  
So : 913,875 mg  
Cukor : 23,000 g  
Feherje : 62,360 g  
Zsir : 23,214 g  
- telített zsírsav : 6,500 g  
Szenhidrat : 116,608 g  
KalciumTejtermek : 58,200 mg  
Allergen : tej  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás

Energia : 784,973 kcal  
So : 913,875 mg

## 2019.09.12. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

**Márgombóc leves**  
**Töltött káposzta**

Energia : 821,335 kcal  
So : 3 577,945 mg  
Feherje : 41,605 g  
Zsir : 36,663 g  
- telített zsírsav : 8,457 g  
Szenhidrat : 80,291 g  
KalciumTejtermek : 36,000 mg  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás  
Allergen : tej

Energia : 821,335 kcal  
So : 3 577,945 mg

## 2019.09.13. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

**Gyümölcs leves**  
**Lecsós halfilé**  
**Petrezselymes burgonya**

Energia : 794,980 kcal  
So : 1 826,885 mg  
Cukor : 12,000 g  
Feherje : 33,010 g  
Zsir : 29,717 g  
- telített zsírsav : 5,248 g  
Szenhidrat : 97,537 g  
KalciumTejtermek : 30,000 mg  
Allergen : tej  
Allergen : glutén  
Allergen : hal

Energia : 794,980 kcal  
So : 1 826,885 mg

## 2019.09.16. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

**Zeller leves**  
**Csirkepaprikás**  
**Bulgur**

Energia : 875,379 kcal  
So : 2 094,730 mg  
Feherje : 39,819 g  
Zsir : 32,459 g  
- telített zsírsav : 6,807 g  
Szenhidrat : 110,660 g  
KalciumTejtermek : 36,000 mg  
Allergen : glutén  
Allergen : zeller  
Allergen : tojás  
Allergen : tej

Energia : 875,379 kcal  
So : 2 094,730 mg

## 2019.09.17. KEDD

Étkezés: Ebéd

**Magyaros karfiol leves**  
**Mexikói sertésszelet**  
**Petrezselymes rizs**

Energia : 866,950 kcal  
So : 1 956,582 mg  
Feherje : 36,833 g  
Zsir : 31,719 g  
- telített zsírsav : 5,168 g  
Szenhidrat : 106,837 g  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás

Energia : 866,950 kcal  
So : 1 956,582 mg

## 2019.09.18. SZERDA

Étkezés: Ebéd

**Bakonyi betyár leves**  
**Burgonyás tészta**  
**Vegyes savanyúság**

Energia : 886,545 kcal  
So : 1 952,855 mg  
Fehérje : 39,211 g  
Zsír : 30,189 g  
- telített zsírsav : 6,867 g  
Szenhidrat : 112,540 g  
KalciumTejtermek : 30,000 mg  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás  
Allergen : tej  
Allergen : zeller

Energia : 886,545 kcal  
So : 1 952,855 mg

## 2019.09.19. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

**Csontleves eperlevéllel**  
**Babfőzelék**  
**Sertés sült**

Energia : 759,231 kcal  
So : 2 011,865 mg  
Fehérje : 45,348 g  
Zsír : 30,205 g  
- telített zsírsav : 6,208 g  
Szenhidrat : 76,632 g  
KalciumTejtermek : 24,000 mg  
Allergen : zeller  
Allergen : tojás  
Allergen : glutén  
Allergen : tej

Energia : 759,231 kcal  
So : 2 011,865 mg

## 2019.09.20. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

**Zöldség krémleves**  
**Ananászos csirkemell**  
**Burgonya püré**

Energia : 881,470 kcal  
So : 2 054,212 mg  
Fehérje : 40,463 g  
Zsír : 36,994 g  
- telített zsírsav : 11,068 g  
Szenhidrat : 95,431 g  
KalciumTejtermek : 129,000 mg  
Allergen : tej  
Allergen : glutén  
Allergen : zeller

Energia : 881,470 kcal  
So : 2 054,212 mg

## 2019.09.23. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

**Daragaluska leves**  
**Bolognai spagetti reszelt sajttal**

Energia : 852,070 kcal  
So : 2 506,772 mg  
Cukor : 5,000 g  
Fehérje : 41,188 g  
Zsír : 25,337 g  
- telített zsírsav : 6,790 g  
Szenhidrat : 114,661 g  
KalciumTejtermek : 90,000 mg  
Allergen : glutén  
Allergen : tej  
Allergen : tojás  
Allergen : zeller

Energia : 852,070 kcal  
So : 2 506,772 mg

**2019.09.24. KEDD**

Étkezés: Ebéd

**Zöldbab leves**  
**Natúr csirkemell sajtmártással**  
**Főtt burgonya**

Energia : 882,934 kcal  
So : 2 542,495 mg  
Feherje : 47,462 g  
Zsir : 33,025 g  
- telített zsírsav : 9,001 g  
Szenhidrat : 97,677 g  
KalciumTejtermek : 207,000 mg  
Allergen : tej  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás

Energia : 882,934 kcal  
So : 2 542,495 mg

**2019.09.25. SZERDA**

Étkezés: Ebéd

**Legényfogó leves**  
**Rizsfelfűjt**  
**Alma kompót**

Energia : 841,615 kcal  
So : 1 578,512 mg  
Cukor : 15,000 g  
Feherje : 35,240 g  
Zsir : 21,664 g  
- telített zsírsav : 7,851 g  
Szenhidrat : 124,736 g  
KalciumTejtermek : 178,200 mg  
Allergen : tej  
Allergen : tojás  
Allergen : glutén

Energia : 841,615 kcal  
So : 1 578,512 mg

**2019.09.26. CSÜTÖRTÖK**

Étkezés: Ebéd

**Gomba leves**  
**Burgonya főzelék**  
**Virslis**

Energia : 820,753 kcal  
So : 3 320,170 mg  
Feherje : 34,837 g  
Zsir : 37,193 g  
- telített zsírsav : 13,454 g  
Szenhidrat : 85,532 g  
KalciumTejtermek : 24,000 mg  
Allergen : glutén  
Allergen : tej  
Allergen : szója

Energia : 820,753 kcal  
So : 3 320,170 mg

**2019.09.27. PÉNTEK**

Étkezés: Ebéd

**Paradicsom leves**  
**Szezámagos rántott halfilé**  
**Zöldséges kuszkusz**  
**Vitamin saláta**

Energia : 840,110 kcal  
So : 3 548,350 mg  
Cukor : 12,000 g  
Feherje : 37,410 g  
Zsir : 37,146 g  
- telített zsírsav : 4,517 g  
Szenhidrat : 88,250 g  
Allergen : kén-dioxid  
Allergen : glutén  
Allergen : hal  
Allergen : szezámag  
Allergen : tojás

Energia : 840,110 kcal  
So : 3 548,350 mg

**2019.09.30. HÉTFŐ**

Étkezés: Ebéd

**Zeller leves**

**Brassói aprópecsenye**

**Párolt rizs**

**Vegyes savanyúság**

Energia : 866,455 kcal  
So : 1 156,687 mg  
Feherje : 31,704 g  
Zsir : 37,410 g  
- telített zsírsav : 5,608 g  
Szenhidrat : 98,629 g  
Allergen : glutén  
Allergen : zeller  
Allergen : tojás

Energia : 866,455 kcal  
So : 1 156,687 mg

**2019.10.01. KEDD**

Étkezés: Ebéd

**Őszi zöldségleves**

**Mustáros csirkemell**

**Házi tarhonya**

Energia : 893,880 kcal  
So : 1 878,037 mg  
Feherje : 45,918 g  
Zsir : 35,008 g  
- telített zsírsav : 8,279 g  
Szenhidrat : 98,751 g  
KalciumTejtermek : 36,000 mg  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás  
Allergen : zeller  
Allergen : tej  
Allergen : mustár

Energia : 893,880 kcal  
So : 1 878,037 mg

**2019.10.02. SZERDA**

Étkezés: Ebéd

**Húsgombóc leves**

**Lekváros bukta**

**Szőlő**

Energia : 898,880 kcal  
So : 927,560 mg  
Cukor : 17,000 g  
Feherje : 59,236 g  
Zsir : 26,715 g  
- telített zsírsav : 6,911 g  
Szenhidrat : 138,965 g  
KalciumTejtermek : 57,000 mg  
Allergen : tojás  
Allergen : tej  
Allergen : glutén  
Allergen : zeller

Energia : 898,880 kcal  
So : 927,560 mg

**2019.10.03. CSÜTÖRTÖK**

Étkezés: Ebéd

**Csontleves finommetélttel**

**Paradicsomos káposzta**

**Fűszeres csirke falatok**

Energia : 757,481 kcal  
So : 1 591,720 mg  
Cukor : 8,000 g  
Feherje : 29,234 g  
Zsir : 34,827 g  
- telített zsírsav : 5,190 g  
Szenhidrat : 81,824 g  
Allergen : zeller  
Allergen : tojás  
Allergen : glutén

Energia : 757,481 kcal  
So : 1 591,720 mg

---

**2019.10.04. PÉNTEK**

Étkezés: Ebéd

**Lebbencs leves**

**Natúr sertésszelet zöldborsó raguval**

**Tört burgonya**

**Csemege uborka**

Energia : 871,454 kcal  
So : 3 615,745 mg  
Feherje : 38,023 g  
Zsír : 30,139 g  
- telített zsírsav : 5,762 g  
Szenhidrat : 109,421 g  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás

---

Energia : 871,454 kcal  
So : 3 615,745 mg

---