

## 2019.10.07. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Vágottborsó leves  
Ínyenc sertésborda  
Petrezselymes burgonya  
Alma paprika

Energia : 891,490 kcal  
So : 2 695,290 mg  
Fehérje : 41,939 g  
Zsir : 33,402 g  
- telített zsírsav : 4,643 g  
Szenhidrat : 104,375 g  
Allergen : tojás  
Allergen : glutén

## 2019.10.08. KEDD

Étkezés: Ebéd

Gomba krémleves  
Göngyölt sertésszelet  
Barna rizs  
Cékla

Energia : 838,955 kcal  
So : 2 416,530 mg  
Fehérje : 35,861 g  
Zsir : 43,801 g  
- telített zsírsav : 8,912 g  
Szenhidrat : 75,033 g  
KalciumTejtermek : 36,000 mg  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás  
Allergen : tej

## 2019.10.09. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Gulyás leves  
Rántott sajt  
Rizs köret  
Tartár mártás

Energia : 1 957,548 kcal  
So : 5 119,067 mg  
Cukor : 10,000 g  
Fehérje : 71,641 g  
Zsir : 118,321 g  
- telített zsírsav : 33,782 g  
Szenhidrat : 148,414 g  
KalciumTejtermek : 858,000 mg  
Allergen : tej  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás  
Allergen : zeller

## 2019.10.10. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Májgaluska leves  
Parasztos csirkemell  
Burgonya püré  
Csemege uborka

Energia : 949,440 kcal  
So : 5 683,787 mg  
Fehérje : 48,575 g  
Zsir : 42,932 g  
- telített zsírsav : 11,872 g  
Szenhidrat : 90,308 g  
KalciumTejtermek : 57,000 mg  
Allergen : tej  
Allergen : zeller  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás

## 2019.10.11. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Paradicsom leves  
Eszterházy sertés szelet  
Főtt tészta

Energia : 1 088,435 kcal  
So : 3 012,485 mg  
Cukor : 15,000 g  
Fehérje : 45,116 g  
Zsir : 40,960 g  
- telített zsírsav : 8,516 g  
Szenhidrat : 135,035 g  
KalciumTejtermek : 36,000 mg  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás  
Allergen : tej

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

Allergen : mustár

## 2019.10.14. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Kapros karfiol leves

Sült csirkecomb

Rozmaringos burgonya köret

Energia : 855,985 kcal  
So : 1 527,922 mg  
Fehérje : 33,048 g  
Zsir : 43,503 g  
- telített zsírsav : 6,146 g  
Szenhidrat : 81,190 g  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás

## 2019.10.15. KEDD

Étkezés: Ebéd

Burgonya leves

Rakott kelkáposzta

Energia : 728,025 kcal  
So : 1 185,205 mg  
Fehérje : 34,634 g  
Zsir : 26,301 g  
- telített zsírsav : 6,272 g  
Szenhidrat : 86,667 g  
KalciumTejtermek : 36,000 mg  
Allergen : tej  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás

## 2019.10.16. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Beccsinált leves

Rántott gomba

Rizs köret

Tartár mártás

Energia : 1 499,310 kcal  
So : 2 758,535 mg  
Cukor : 10,000 g  
Fehérje : 45,227 g  
Zsir : 84,466 g  
- telített zsírsav : 12,441 g  
Szenhidrat : 137,330 g  
KalciumTejtermek : 48,000 mg  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás  
Allergen : tej  
Allergen : zeller

## 2019.10.17. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Daragaluska leves

Cigánypecsenye

Burgonya köret

Csemege uborka

Energia : 1 012,275 kcal  
So : 4 160,435 mg  
Fehérje : 37,290 g  
Zsir : 49,379 g  
- telített zsírsav : 10,986 g  
Szenhidrat : 103,019 g  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás  
Allergen : zeller

## 2019.10.18. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Meggyleves

Sonkával-sajttal sült sertésszelet

Fél adag rizs

Fél adag köles

Energia : 905,330 kcal  
So : 1 551,515 mg  
Cukor : 20,000 g  
Fehérje : 40,735 g  
Zsir : 36,344 g  
- telített zsírsav : 10,227 g  
Szenhidrat : 102,164 g  
KalciumTejtermek : 126,000 mg  
Allergen : tej  
Allergen : glutén  
Allergen : szója

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

## 2019.10.21. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

**Tejfölös zöldbableves**  
**Dubarry sertésszelet**  
**Burgonya püré**

Energia : 906,635 kcal  
So : 2 545,610 mg  
Fehérje : 42,980 g  
Zsír : 40,007 g  
- telített zsírsav : 13,874 g  
Szenhidrat : 92,197 g  
KalciumTejtermek : 200,100 mg  
Allergen : tej  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás

## 2019.10.22. KEDD

Étkezés: Ebéd

**Karalábé leves**  
**Milánói sertésborda reszelt sajttal**

Energia : 1 024,667 kcal  
So : 2 722,885 mg  
Fehérje : 48,881 g  
Zsír : 39,308 g  
- telített zsírsav : 7,827 g  
Szenhidrat : 118,971 g  
KalciumTejtermek : 60,000 mg  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás  
Allergen : tej

## 2019.10.24. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

**Tarhonya leves**  
**Zöldésges csirkeragu**  
**Rizs**  
**Alma paprika**

Energia : 846,305 kcal  
So : 3 127,160 mg  
Fehérje : 34,605 g  
Zsír : 23,932 g  
- telített zsírsav : 3,613 g  
Szenhidrat : 120,870 g  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás

## 2019.10.25. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

**Zöldség krémleves**  
**Paprikás csirkecomb**  
**Galuska**

Energia : 1 157,610 kcal  
So : 1 691,045 mg  
Fehérje : 49,215 g  
Zsír : 42,981 g  
- telített zsírsav : 10,044 g  
Szenhidrat : 148,829 g  
KalciumTejtermek : 66,000 mg  
Allergen : tej  
Allergen : glutén  
Allergen : zeller  
Allergen : tojás

## 2019.10.28. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

**Zeller leves**  
**Fokhagymás chilis csirkecombfilé**  
**Burgonya püré**  
**Vitamin saláta**

Energia : 720,149 kcal  
So : 1 688,635 mg  
Fehérje : 34,289 g  
Zsír : 27,745 g  
- telített zsírsav : 6,980 g  
Szenhidrat : 81,098 g  
KalciumTejtermek : 57,000 mg  
Allergen : tej  
Allergen : tojás  
Allergen : glutén  
Allergen : zeller

---

**2019.10.29. KEDD**

Étkezés: Ebéd

**Grízgaluska leves**

**Cordon bleu**

**Rizs köret**

**Csemege uborka**

Energia : 1 225,415 kcal  
So : 5 728,735 mg  
Fehérje : 54,206 g  
Zsír : 48,000 g  
- telített zsírsav : 11,064 g  
Szenhidrat : 142,678 g  
KalciumTejtermek : 131,400 mg  
Allergen : zeller  
Allergen : tojás  
Allergen : glutén  
Allergen : szója  
Allergen : tej

---

**2019.10.30. SZERDA**

Étkezés: Ebéd

**Babgulyás**

**Rántott karfiol**

**Barna rizs**

**Majonéz**

Energia : 1 529,275 kcal  
So : 2 156,135 mg  
Fehérje : 44,494 g  
Zsír : 81,587 g  
- telített zsírsav : 9,442 g  
Szenhidrat : 153,573 g  
Allergen : tojás  
Allergen : glutén

---

**2019.10.31. CSÜTÖRTÖK**

Étkezés: Ebéd

**Tojásleves**

**Töltött káposzta**

Energia : 622,396 kcal  
So : 2 732,622 mg  
Fehérje : 31,948 g  
Zsír : 32,997 g  
- telített zsírsav : 7,157 g  
Szenhidrat : 49,391 g  
KalciumTejtermek : 24,000 mg  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás  
Allergen : tej