

A MENÜ

2026. március

hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
2026.03.02.	2026.03.03.	2026.03.04.	2026.03.05.	2026.03.06.
Kertészleves {1!, 3!, 9!} Csirkemell brokkolis sajtmártásban {1!, 7!} Tészta {1!, 3!}	Húsleves {1!, 3!, 9!} Rakott karfiol {7!}	Fokhagyma krémleves {1!, 7!} Borsos-mustáros sertésragu {7!, 10!} Párolt rizs	Csirkeragu leves {1!, 3!, 9!} Parajfőzelék {1!, 7!} Főtt burgonya Tojás {3!}	Babgulyás {1!, 3!} Mákos nudli {1!, 3!, 7!}
Energia: 861.5020 kcal / 3606.9330 kJ	Energia: 842.1360 kcal / 3525.8560 kJ	Energia: 815.9680 kcal / 3416.2880 kJ	Energia: 704.7792 kcal / 2950.7650 kJ	Energia: 834.0250 kcal / 3491.8920 kJ
Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
40.8950 g 32.7420 g 22.2140 g	69.8740 g 30.3750 g 2.3590 g	29.4260 g 46.4790 g 29.8300 g	40.5850 g 34.0710 g 24.1270 g	33.8310 g 28.8620 g 20.5140 g
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
87.7100 g 10.9280 g 1.0910 g	66.5040 g 4.9640 g 1.0060 g	68.4590 g 3.2330 g 2.2430 g	57.5030 g 6.3910 g 1.8890 g	108.7680 g 21.8980 g 0.8120 g

hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
2026.03.09.	2026.03.10.	2026.03.11.	2026.03.12.	2026.03.13.
Májgaluska leves {1!, 3!, 9!} Finomfőzelék {1!, 7!} Sült virsli Teljeskiőrlésű kenyér {1!}	Gyümölcsleves {7!} Kolbászos, tojásos rakott burgonya {3!, 7!} Csemege uborka	Palócleves {1!, 7!} Túrós metélt {1!, 3!, 7!}	Paradicsomleves {1!, 3!, 9!} Töltött csirkecomb {1!, 3!} Rizi-bizi	Legényfogó leves {1!, 3!, 7!} Ízes bukta {1!}
Energia: 788.1212 kcal / 3299.7000 kJ	Energia: 719.1636 kcal / 3010.9960 kJ	Energia: 817.9580 kcal / 3424.6270 kJ	Energia: 898.7190 kcal / 3762.7540 kJ	Energia: 803.7241 kcal / 3365.0330 kJ
Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
33.0265 g 36.1870 g 16.1060 g	27.3430 g 28.0810 g 3.0630 g	32.3500 g 43.3670 g 26.0670 g	42.0800 g 23.2650 g 14.2640 g	39.7130 g 39.9680 g 27.1930 g
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
79.9050 g 2.6330 g 1.0750 g	83.8070 g 7.4400 g 2.9180 g	72.3010 g 10.2960 g 0.5350 g	127.2110 g 23.4750 g 1.4220 g	68.7310 g 3.7340 g 1.3940 g

A MENÜ 2026. március

hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
2026.03.16.	2026.03.17.	2026.03.18.	2026.03.19.	2026.03.20.
Sertésbecsinált leves {1!, 3!, 7!, 9!} Sonkás-túrós penne csőben sütve {1!, 3!, 7!}	Zöldborsós raguleves {1!, 3!} Sóskafőzelék {1!, 7!} Főtt burgonya Tojás {3!}	Daragaluska leves {1!, 3!, 9!} Tavaszzáró ragu {3!} Párolt rizs Almás lepény {1!, 3!, 7!, 8!}	Rántott leves {1!} Párizsi sertés szelet {1!, 3!, 7!} Burgonyapüré {7!}	Nyírségi gombóclevés {1!, 3!, 7!} Vargabéles {1!, 3!, 7!}
Energia: 784.1890 kcal/ 3283.2390 kJ	Energia: 725.4703 kcal/ 3037.3950 kJ	Energia: 891.0100 kcal/ 3730.4820 kJ	Energia: 891.8140 kcal/ 3733.8510 kJ	Energia: 887.0440 kcal/ 3713.8680 kJ
Fehérje Zsír T.Zsír-sav 57.0080 g 28.7900 g 17.2890 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 35.4300 g 33.0080 g 19.6930 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 35.1490 g 24.0310 g 19.2400 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 36.8320 g 46.7660 g 33.0660 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 35.9000 g 34.7350 g 16.4450 g
Szénhidrát Cukor Só 71.9760 g 5.9130 g 2.1040 g	Szénhidrát Cukor Só 69.1740 g 13.3730 g 2.0700 g	Szénhidrát Cukor Só 129.8340 g 37.5820 g 2.3980 g	Szénhidrát Cukor Só 78.3570 g 0.0990 g 2.6870 g	Szénhidrát Cukor Só 98.4870 g 24.4230 g 0.7540 g

hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
2026.03.23.	2026.03.24.	2026.03.25.	2026.03.26.	2026.03.27.
Karfiolleves (magyaros) {1!, 3!} Gombás sertéstokány {1!, 7!} Párolt bulgur Narancs	Bableves (tejfölös) {1!, 3!, 7!} Rakott kelkáposzta {7!} Kakaós kevert sütemény {1!, 3!, 7!}	Tavaszi zöldséglevés {1!, 3!, 9!} Zöldbabfőzelék {1!, 7!} Sertéspörkölt	Húsleves {1!, 3!, 9!} Rántott sertésszelet {1!, 3!, 7!} Petrezselymes burgonya Savanyúság	Tojásleves {1!, 3!} Tavaszi rizseshús Csalamádé Piskótatekercs {1!, 3!}
Energia: 729.2464 kcal/ 3053.2120 kJ	Energia: 896.4560 kcal/ 3753.2820 kJ	Energia: 754.7550 kcal/ 3160.0120 kJ	Energia: 825.3185 kcal/ 3455.4500 kJ	Energia: 817.4214 kcal/ 3422.3740 kJ
Fehérje Zsír T.Zsír-sav 36.2300 g 24.6270 g 12.8180 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 31.0530 g 38.7610 g 27.6650 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 32.6710 g 45.0830 g 13.6270 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 50.5920 g 23.1680 g 7.3330 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 39.9050 g 26.1560 g 14.6680 g
Szénhidrát Cukor Só 93.0650 g 13.7590 g 1.6290 g	Szénhidrát Cukor Só 105.1150 g 35.8430 g 0.5050 g	Szénhidrát Cukor Só 50.5350 g 3.8980 g 1.0840 g	Szénhidrát Cukor Só 99.5680 g 4.9730 g 1.4620 g	Szénhidrát Cukor Só 103.0970 g 15.4010 g 1.3330 g

A MENÜ

2026. március

hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	
2026.03.30.	2026.03.31.				
Palócleves {1!, 7!} Mákos metélt {1!, 3!} Alma	Zöldségleves {1!, 3!, 9!} Erdélyi rakott káposzta {7!} Kakaós kevert sütemény {1!, 3!, 7!}				
Energia: 899.4112 kcal/ 3765.6490 kJ		Energia 747.2470 kcal/ 3128.5760 kJ			
Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
22.3900 g	33.5720 g	21.6780 g	19.2970 g	37.5880 g	24.4310 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
113.2720 g	29.0540g	0.6300 g	80.9800 g	38.1690 g	0.3800 g

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

A menüváltoztatás jogát fenntartjuk!

Nemzetközi kód	Allergén	Nemzetközi kód	Allergén
1	Glutén	9	Zeller
2	Rák	10	Mustár
3	Tojás	11	Szezám
4	Hal	12	Kéndioxid, szulfit
5	Földimogyoró	13	Csillagfűrt
6	Szója	14	Puhatestűek
7	Tejtermék, laktóz	15	Mesterséges édesítőszer
8	Diófélék	16	Édesgyökér
(8) Az adott allergén előfordulhat.			