



A MENÜ 2025. január

hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
2025.01.06.			2025.01.07.			2025.01.08.			2025.01.09.			2025.01.10.		
Gombaleves (tejfölös) {1!, 3!, 7!} Bácskai rizseshús Savanyú paprika			Paradicsomleves {1!, 3!, 9!} Sült csirkecomb Burgonyapüré {7!} Párolt kelbimbó			Gulyásleves {1!, 3!} Darás tészta (1!, 3!) Csemegeuborka			Pulykaraguleves {1!, 3!, 9!} Tökfőzelék {1!, 7!, 12!} Sült virsli			Palócleves (1!, 7!) Almás lepény {1!, 3!, 7! 8!}		
Energia: 859.0470 kcal/3596.6570 kJ			Energia: 860.6670 kcal/3603.4310 kJ			Energia: 848.3770 kcal/3551.9850 kJ			Energia: 747.6630 kcal/3130.3140 kJ			Energia: 736.4550 kcal/3083.3850 kJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
36.6380 g	34.6150 g	18.6250 g	49.1380 g	30.8160 g	19.0030 g	23.5200 g	24.4440 g	14.8590 g	35.8150 g	46.9720 g	24.2660 g	24.2350 g	35.3150 g	24.0400 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
96.7620 g	4.2480 g	1.1430 g	93.8710 g	31.0550 g	1.9790 g	123.3620 g	3.7800 g	2.0730 g	42.6010 g	4.4380 g	1.1450 g	78.5720 g	31.7110 g	0.6560 g

hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
2025.01.13.			2025.01.14.			2025.01.15.			2025.01.16.			2025.01.17.		
Babgulyás {1!, 3!} Mákos metélt {1!, 3!} Alma			Zöldségleves {1!, 3!, 9!} Erdélyi rakott káposzta {7!} Kakaós kevert sütemény (1!, 3!, 7!)			Csirkeraguleves {1!, 3!, 9!} Lencsefőzelék (1!, 7!, 10!) Sült virsli Banán			Zöldborsóleves {1!, 3!} Tarhonyáshús Csemegeuborka			Nyírségi gombócleves {1!, 3!, 7!} Lekváros bukta {1!, 3!, 7!} Narancs		
Energia: 898.4220 kcal/3761.5140 kJ			Energia: 747.2470 kcal/3218.5760 kJ			Energia: 802.1730 kcal/3358.5340 kJ			Energia: 799.7510 kcal/3348.3910 kJ			Energia: 895.5640 kcal/3749.6250 kJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
27.4360 g	26.5670 g	16.6100 g	19.2970 g	37.5880 g	24.4310 g	45.1290 g	40.4810 g	14.7730 g	39.5490 g	31.4400 g	18.1170 g	36.6370 g	29.1970 g	14.7830 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
123.8270 g	30.5620 g	0.7960 g	80.9800 g	38.1690 g	0.3800 g	61.4390 g	6.4110 g	0.9710 g	87.8590 g	1.6030 g	1.4120 g	119.6350 g	24.6270 g	0.6110 g



A MENÜ 2025. január

hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
2025.01.20.			2025.01.21.			2025.01.22.			2025.01.23.			2025.01.24.		
Paradicsomleves ABC tésztával {1!, 3!, 9!} Hentestokány Párolt rizs Túró rudi (7!)			Húsleves tésztával {1!, 3!, 9!} Burgonyafőzelék {1!, 7!} Sertésvagdalt (1!, 3!) Diós kevert sütemény {1!, 3!, 7!, 8!}			Zöldségleves {1!, 3!, 9!} Székelykáposzta {1!, 7!} Ízes bukta (1!)			Lencseleves (1!, 3!, 7!) Bácskai rizseshús Céklasaláta			Gombaleves (magyaros) {1!, 3!} Paradicsomos húsgombóc (3!) Főtt burgonya		
Energia: 720.2080 kcal/ 3015.3980 kJ			Energia: 894.4030 kcal/ 3744.6800 kJ			Energia: 715.9610 kcal/ 2997.5810 kJ			Energia: 894.3290 kcal/ 3744.3730 kJ			Energia: 898.3830 kcal/ 3761.3530 kJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
32.0270 g	24.9620 g	9.5410 g	44.1880 g	33.3420 g	18.1170 g	31.4710 g	40.4290 g	19.9830 g	43.1180 g	23.8290 g	9.0290 g	30.9900 g	29.2710 g	5.7620 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
89.2430 g	13.5800 g	1.9740 g	101.9500 g	17.8070 g	1.0640 g	54.0930 g	13.2180 g	0.6140 g	124.3090 g	6.0720 g	1.8490 g	127.2230 g	31.2590 g	2.2940 g

hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
2025.01.27.			2025.01.28.			2025.01.29.			2025.01.30.			2025.01.31.		
Frankfurti leves {1!, 7!} Gombás sertéstokány (1!, 7!) Párolt bulgur			Tejfölös bableves {1!, 3!, 7!} Rakott kelkáposzta {7!} Kakaós kevert sütemény {1!, 3!, 7!}			Karfiolleves (magyaros) {1!, 3!} Zöldbabfőzelék {1!, 7!} Sertéspörkölt			Gyümölcsleves (7!) Rántott sertésszelet (1!, 3!, 7!) Petrezselymes burgonya Káposzta savanyúság			Tojásleves {1!, 3!} Tavaszi rizseshús Csalamádé Piskótatekerics (1!, 3!)		
Energia: 863.8130 kcal/ 3616.6120 kJ			Energia: 898.4580 kcal/ 3761.6620 kJ			Energia: 726.2990 kcal/ 3040.8730 kJ			Energia: 899.2350 kcal/ 3764.9280 kJ			Energia: 817.4210 kcal/ 3422.3740 kJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
45.6600 g	26.6880 g	5.1360 g	31.4880 g	37.9080 g	29.0210 g	28.2690 g	42.2980 g	18.4430 g	40.9030 g	35.8410 g	20.8030 g	39.9050 g	26.1560 g	14.6680 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
111.2180 g	13.9220 g	1.6710 g	107.2100 g	35.8430 g	0.5050 g	55.7000 g	7.0610 g	0.6210 g	98.0560 g	5.2550 g	0.6530 g	103.0970 g	15.4010 g	1.3330 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, szulfít
5	Földimogyoró	13	Csillagfűt
6	Szója	14	Puhatestűek
7	Tejtermék, laktóz	15	Mesterséges édesítőszer
8	Diófélék	16	Édesgyökér
(8) Az adott allergén előfordulhat.			