



B MENÜ 2025. január

hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
2025.01.06.			2025.01.07.			2025.01.08.			2025.01.09.			2025.01.10.		
Tejfölös gombaleves {1!, 3!, 7!}			Paradicsomleves (1!, 3!, 9!)			Tárkonyos húsgombócleves {1!, 3!, 7!, 9!, 12!}			Pulykaraguleves {1!, 3!, 9!}			Palócleves (1!, 7!)		
Párizsi halfilé {1!, 3!, 4!, 7!}			Rántott csirkecomb (1!, 3!, 7!)			Diós csiga kelt tésztából {1!, 3!, 7!, 8!}			Zöldborsófőzelék {1!, 7!}			Túrós metélt (1!, 3!, 7!)		
Párolt rizs			Burgonyapüré (7!)						Sült virsli					
Párolt kelbimbó														
Energia: 873.4350 kcal / 3656.9000 kJ			Energia: 852.9550 kcal / 3571.1460 kJ			Energia: 789.7910 kcal / 3306.6880 kJ			Energia: 887.3090 kcal / 3714.9860 kJ			Energia: 783.9460 kcal / 3282.2270 kJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
66.4370 g	21.4310 g	12.7450 g	44.7350 g	20.3840 g	11.1160 g	35.0590 g	30.2340 g	20.2420 g	51.4440 g	45.3310 g	24.2660 g	37.2300 g	24.2470 g	7.9830 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
102.4370 g	4.3230 g	2.3410 g	120.1620 g	31.1300 g	1.9790 g	93.5550 g	30.4350 g	0.5970 g	65.7630 g	4.1320 g	1.4380 g	101.7410 g	10.2960 g	0.5750 g

hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
2025.01.13.			2025.01.14.			2025.01.15.			2025.01.16.			2025.01.17.		
Fokhagymakrémleves {1!, 7!}			Brokkoli krémleves {1!, 7!}			Csirkeraguleves {1!, 3!, 9!}			Zöldborsóleves {1!, 3!}			Májgaluska leves {1!, 3!, 9!}		
Szezámagos rántott csirkemell {1!, 3!, 7!, 11!}			Rakott kelkáposzta {7!}			Babfőzelék {1!, 7!}			Bácskai rizses csirke Csemegeuborka			Barackos pite {1!, 3!, 7!}		
Párolt zöldség			Kakaós kevert sütemény (1!, 3!, 7!)			Sült virsli						Narancs		
Alma						Banán								
Energia: 760.9430 kcal / 3185.9160 kJ			Energia: 844.0660 kcal / 3533.9300 kJ			Energia: 895.9260 kcal / 3751.0600 kJ			Energia: 783.3340 kcal / 3279.6600 kJ			Energia: 783.5310 kcal / 3280.4830 kJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
50.1870 g	25.5280 g	15.4390 g	28.9600 g	45.7460 g	35.5020 g	47.5580 g	42.5660 g	16.1400 g	40.2160 g	23.5760 g	18.1170 g	27.9130 g	36.4240 g	30.3070 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
82.1090 g	14.3740 g	1.4130 g	79.5970 g	37.3820 g	0.9770 g	75.9840 g	6.4110 g	1.0310 g	99.4580 g	1.6030 g	0.5110 g	81.8430 g	49.5700 g	0.2610 g

B MENÜ 2025. január

hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek																																																												
2025.01.20.	2025.01.21.	2025.01.22.	2025.01.23.	2025.01.24.																																																												
<p>Paradicsomleves ABC tésztával (1!, 3!, 9!)</p> <p>Budapest ragu Párolt rizs</p> <p>Túró rudi (7!)</p>	<p>Húsleves tésztával {1!, 3!, 9!}</p> <p>Kelkáposzta főzelék (1!)</p> <p>Sertésvagdalt (1!, 3!)</p> <p>Diós kevert sütemény (1!, 3!, 7!, 8!)</p>	<p>Zöldségleves {1!, 3!, 9!}</p> <p>Rakott zöldbab {7!}</p> <p>Ízes bukta</p>	<p>Lencseleves (1!, 3!, 7!)</p> <p>Pincepörkölt Céklasaláta</p>	<p>Gombaleves (magyaros) {1!, 3!}</p> <p>Paradicsomos húsgombóc {3!}</p> <p>Főtt burgonya</p>																																																												
Energia: 713.2970 kcal/ 2986.4300 kJ	Energia: 894.9670 kcal/ 3747.0460 kJ	Energia: 823.4140 kcal/ 3447.4650 kJ	Energia: 848.7690 kcal/ 3553.6210 kJ	Energia: 898.3830 kcal/ 3761.3530 kJ																																																												
<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>35.1760 g</td> <td>20.7480 g</td> <td>10.8500 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>94.1380 g</td> <td>13.2900 g</td> <td>1.5610 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	35.1760 g	20.7480 g	10.8500 g	Szénhidrát	Cukor	Só	94.1380 g	13.2900 g	1.5610 g	<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>50.0110 g</td> <td>32.4580 g</td> <td>18.4560 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>98.8220 g</td> <td>26.4070 g</td> <td>1.0650 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	50.0110 g	32.4580 g	18.4560 g	Szénhidrát	Cukor	Só	98.8220 g	26.4070 g	1.0650 g	<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>32.8990 g</td> <td>38.8500 g</td> <td>19.9830 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>81.9790 g</td> <td>5.5210 g</td> <td>0.2130 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	32.8990 g	38.8500 g	19.9830 g	Szénhidrát	Cukor	Só	81.9790 g	5.5210 g	0.2130 g	<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>49.8900 g</td> <td>19.7760 g</td> <td>8.5710 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>115.5180 g</td> <td>6.0720 g</td> <td>1.9490 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	49.8900 g	19.7760 g	8.5710 g	Szénhidrát	Cukor	Só	115.5180 g	6.0720 g	1.9490 g	<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>30.9900 g</td> <td>29.2710 g</td> <td>5.7620 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>127.2230 g</td> <td>31.2590 g</td> <td>2.2940 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	30.9900 g	29.2710 g	5.7620 g	Szénhidrát	Cukor	Só	127.2230 g	31.2590 g	2.2940 g
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																														
35.1760 g	20.7480 g	10.8500 g																																																														
Szénhidrát	Cukor	Só																																																														
94.1380 g	13.2900 g	1.5610 g																																																														
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																														
50.0110 g	32.4580 g	18.4560 g																																																														
Szénhidrát	Cukor	Só																																																														
98.8220 g	26.4070 g	1.0650 g																																																														
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																														
32.8990 g	38.8500 g	19.9830 g																																																														
Szénhidrát	Cukor	Só																																																														
81.9790 g	5.5210 g	0.2130 g																																																														
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																														
49.8900 g	19.7760 g	8.5710 g																																																														
Szénhidrát	Cukor	Só																																																														
115.5180 g	6.0720 g	1.9490 g																																																														
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																														
30.9900 g	29.2710 g	5.7620 g																																																														
Szénhidrát	Cukor	Só																																																														
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.																																																												
<p>Frankfurti leves (1!, 7!)</p> <p>Lecsós sertésszelet Párolt rizs</p> <p>Narancs</p>	<p>Babkrémleves {1!, 3!, 7!}</p> <p>Köményes sertéssült Főtt burgonya Párolt káposzta</p>	<p>Húsleves {1!, 3!, 9!}</p> <p>Rántott sajt {1!, 3!, 7!}</p> <p>Párolt rizs</p>	<p>Gyümölcsleves (7!)</p> <p>Sült csirkecomb jóasszony módra Petrezselymes burgonya Káposzta savanyúság</p>	<p>Tojásleves {1!, 3!}</p> <p>Sertéspaprikás {1!, 7!}</p> <p>Galuska (1!, 3!)</p>																																																												
Energia: 899.1890 kcal/ 3764.7220 kJ	Energia: 839.8680 kcal/ 3516.3540 kJ	Energia: 889.3090 kcal/ 3723.3560 kJ	Energia: 736.7300 kcal/ 3084.5450 kJ	Energia: 741.2810 kcal/ 3103.5890 kJ																																																												
<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>36.0530 g</td> <td>39.1740 g</td> <td>6.0280 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>97.4750 g</td> <td>13.9220 g</td> <td>1.5250 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	36.0530 g	39.1740 g	6.0280 g	Szénhidrát	Cukor	Só	97.4750 g	13.9220 g	1.5250 g	<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>41.6820 g</td> <td>22.5930 g</td> <td>8.4850 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>113.8780 g</td> <td>45.0370 g</td> <td>2.0180 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	41.6820 g	22.5930 g	8.4850 g	Szénhidrát	Cukor	Só	113.8780 g	45.0370 g	2.0180 g	<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>40.6810 g</td> <td>40.4120 g</td> <td>34.1450 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>91.2740 g</td> <td>6.1700 g</td> <td>1.8830 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	40.6810 g	40.4120 g	34.1450 g	Szénhidrát	Cukor	Só	91.2740 g	6.1700 g	1.8830 g	<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>43.9300 g</td> <td>16.8710 g</td> <td>6.2180 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>96.4760 g</td> <td>5.1800 g</td> <td>0.1990 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	43.9300 g	16.8710 g	6.2180 g	Szénhidrát	Cukor	Só	96.4760 g	5.1800 g	0.1990 g	<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>37.0400 g</td> <td>33.1200 g</td> <td>17.2570 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>73.1160 g</td> <td>0.1800 g</td> <td>0.9010 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	37.0400 g	33.1200 g	17.2570 g	Szénhidrát	Cukor	Só	73.1160 g	0.1800 g	0.9010 g
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																														
36.0530 g	39.1740 g	6.0280 g																																																														
Szénhidrát	Cukor	Só																																																														
97.4750 g	13.9220 g	1.5250 g																																																														
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																														
41.6820 g	22.5930 g	8.4850 g																																																														
Szénhidrát	Cukor	Só																																																														
113.8780 g	45.0370 g	2.0180 g																																																														
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																														
40.6810 g	40.4120 g	34.1450 g																																																														
Szénhidrát	Cukor	Só																																																														
91.2740 g	6.1700 g	1.8830 g																																																														
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																														
43.9300 g	16.8710 g	6.2180 g																																																														
Szénhidrát	Cukor	Só																																																														
96.4760 g	5.1800 g	0.1990 g																																																														
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																														
37.0400 g	33.1200 g	17.2570 g																																																														
Szénhidrát	Cukor	Só																																																														
73.1160 g	0.1800 g	0.9010 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, szulfid
5	Földimogyoró	13	Csillagfűt
6	Szója	14	Puhatestűek
7	Tejtermék, laktóz	15	Mesterséges édesítőszer
8	Diófélék	16	Édesgyökér
(8) Az adott allergén előfordulhat.			