



Gyulakonyha Non-profit Kft.

5700 Gyula
Nürnbergi u. 8.

IKR-Élelmezési program [V: 4.3.0.3] © Info-Set Kft.

ÉTLAP
2026. 35. hét (2026.08.24. - 2026.08.30.)
Idősek
Korcsoport: 70 év felett

2026.07.17. 9:17
1. / 4. oldal

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli - A						
Tea +	Tej +	Kakaó +	Tea +	Karamellás tej+	Tea +	Tejeskávé +
Tápanyag jellemzők En: 121,5 kcal Tz: - Sz: 30,2 g So: - Zs: 0,0 g Fe: 0,0 g Cu: 29,4 g Hs: -	En: 204,6 kcal Tz: - Sz: 17,5 g So: - Zs: 9,2 g Fe: 11,2 g Cu: 17,5 g Hs: -	En: 294,6 kcal Tz: - Sz: 38,0 g So: - Zs: 9,8 g Fe: 12,3 g Cu: 37,1 g Hs: -	En: 121,5 kcal Tz: - Sz: 30,2 g So: - Zs: 0,0 g Fe: 0,0 g Cu: 29,4 g Hs: -	En: 284,6 kcal Tz: - Sz: 37,5 g So: - Zs: 9,2 g Fe: 11,2 g Cu: 37,1 g Hs: -	En: 121,5 kcal Tz: - Sz: 30,2 g So: - Zs: 0,0 g Fe: 0,0 g Cu: 29,4 g Hs: -	En: 284,6 kcal Tz: - Sz: 37,5 g So: - Zs: 9,2 g Fe: 11,2 g Cu: 37,1 g Hs: -
Allergének	tejféle	glutén, tejféle		tejféle		glutén, tejféle
Vajkrém natúr +	Felvágott zala +	Kalács (reggeli)+	Sajtkrém +	Szalámi (Ausztria) +	Bundás kenyér +	Briós +
Tápanyag jellemzők En: 101,1 kcal Tz: 4,9 g Sz: 0,1 g So: 0,1 g Zs: 11,3 g Fe: 0,1 g Cu: - Hs: -	En: 79,6 kcal Tz: 2,7 g Sz: 0,5 g So: 0,3 g Zs: 6,6 g Fe: 4,5 g Cu: 0,0 g Hs: -	En: 315,3 kcal Tz: 3,2 g Sz: 55,0 g So: 0,8 g Zs: 6,3 g Fe: 7,9 g Cu: 7,6 g Hs: -	En: 56,4 kcal Tz: 2,8 g Sz: 1,8 g So: 0,3 g Zs: 159,3 g Fe: 2,6 g Cu: 1,5 g Hs: -	En: 185,4 kcal Tz: 6,3 g Sz: 0,5 g So: 1,2 g Zs: 17,2 g Fe: 7,0 g Cu: 0,2 g Hs: -	En: 421,8 kcal Tz: 0,3 g Sz: 53,2 g So: 1,3 g Zs: 15,6 g Fe: 13,4 g Cu: 0,2 g Hs: -	En: 186,3 kcal Tz: 1,9 g Sz: 32,4 g So: 0,5 g Zs: 3,6 g Fe: 4,6 g Cu: 5,2 g Hs: -
Allergének	tejféle	glutén, tejféle, tojás	tejféle		tojás, glutén, szója	glutén, tejféle, tojás
Lapka sajt +	Margarin +		Zsemle +	Kenyer félbarna R,V+		
Tápanyag jellemzők En: 506,3 kcal Tz: 22,5 g Sz: 5,6 g So: 1,9 g Zs: 41,3 g Fe: 28,1 g Cu: 1,9 g Hs: -	En: 111,6 kcal Tz: 5,9 g Sz: 0,1 g So: 0,0 g Zs: 12,6 g Fe: 0,1 g Cu: 0,1 g Hs: -		En: 133,8 kcal Tz: 0,5 g Sz: 26,0 g So: 0,8 g Zs: 1,0 g Fe: 3,8 g Cu: 0,5 g Hs: -	En: 260,8 kcal Tz: 0,3 g Sz: 53,0 g So: 1,3 g Zs: 0,8 g Fe: 8,0 g Cu: 0,2 g Hs: -		
Allergének	tejféle	tejféle	glutén	glutén, szója		
Kenyer félbarna R,V+	Kenyer félbarna R,V+		Zöldpaprika kg +	Uborka +		
Tápanyag jellemzők En: 260,8 kcal Tz: 0,3 g Sz: 53,0 g So: 1,3 g Zs: 0,8 g Fe: 8,0 g Cu: 0,2 g Hs: -	En: 260,8 kcal Tz: 0,3 g Sz: 53,0 g So: 1,3 g Zs: 0,8 g Fe: 8,0 g Cu: 0,2 g Hs: -		En: 8,0 kcal Tz: - Sz: 1,2 g So: - Zs: 0,1 g Fe: 0,5 g Cu: - Hs: -	En: 4,8 kcal Tz: - Sz: 0,7 g So: - Zs: 0,0 g Fe: 0,4 g Cu: - Hs: -		
Allergének	glutén, szója	glutén, szója				
Tízórai - A						
Alma +	Joghurt poharas natúr +	Vaj +	Főtt tojás +	Margarin +	Gyümölcs joghurt +	Sárgabarack lekvár +
Tápanyag jellemzők En: 46,6 kcal Tz: - Sz: 10,5 g So: 0,0 g Zs: 0,6 g Fe: 0,6 g Cu: - Hs: -	En: 85,5 kcal Tz: 3,1 g Sz: 6,6 g So: 0,1 g Zs: 4,5 g Fe: 4,8 g Cu: 6,3 g Hs: -	En: 149,2 kcal Tz: 11,6 g Sz: 0,2 g So: - Zs: 16,4 g Fe: 0,2 g Cu: 0,1 g Hs: -	En: 71,6 kcal Tz: - Sz: 0,3 g So: 0,1 g Zs: 5,0 g Fe: 5,7 g Cu: - Hs: -	En: 111,6 kcal Tz: 5,9 g Sz: 0,1 g So: 0,0 g Zs: 12,6 g Fe: 0,1 g Cu: 0,1 g Hs: -	En: 101,3 kcal Tz: 1,5 g Sz: 3,1 g So: 0,2 g Zs: 2,3 g Fe: 3,1 g Cu: 15,8 g Hs: -	En: 107,6 kcal Tz: - Sz: 25,2 g So: - Zs: 0,2 g Fe: 0,2 g Cu: 21,2 g Hs: -
Allergének	tejféle	tejféle	tojás	tejféle	tejféle	
		Kenyer félbarna T,U+				Kenyer félbarna T,U+
Tápanyag jellemzők		En: 156,5 kcal Tz: 0,2 g Sz: 31,8 g So: 0,8 g Zs: 0,5 g Fe: 4,8 g Cu: 0,1 g Hs: -				En: 156,5 kcal Tz: 0,2 g Sz: 31,8 g So: 0,8 g Zs: 0,5 g Fe: 4,8 g Cu: 0,1 g Hs: -
Allergének		glutén, szója				glutén, szója



Hétfő			Kedd			Szerda			Csütörtök			Péntek			Szombat			Vasárnap		
Ebéd - A																				
Paradicsom leves betűtésztával + Tápanyag En: 260,6 kcal Zs: 6,1 g jellemzők Tz: 0,9 g Fe: 3,5 g Sz: 46,8 g Cu: 37,5 g So: 0,5 g Hs: 0,5 g Allergének glutén			Tojás leves gyulai kolbászkákkal + En: 146,7 kcal Zs: 6,7 g Tz: 0,8 g Fe: 6,0 g Sz: 14,6 g Cu: 0,6 g So: 1,4 g Hs: - tojás, glutén			Karfiol leves vajas galuskával+ Suhintott tökleves+ En: 134,5 kcal Zs: 7,6 g Tz: 1,8 g Fe: 4,0 g Sz: 12,3 g Cu: 2,7 g So: 2,5 g Hs: 1,9 g zeller, tojás, tejféle, glutén			En: 115,1 kcal Zs: 5,5 g Tz: 0,4 g Fe: 2,1 g Sz: 13,7 g Cu: 4,9 g So: 1,9 g Hs: 1,9 g tejféle, glutén			Sárgaborsó gulyás füstölt kolbásszal+ En: 405,7 kcal Zs: 20,3 g Tz: 11,5 g Fe: 20,5 g Sz: 28,2 g Cu: 0,6 g So: 5,6 g Hs: 4,8 g glutén, tojás			Vegyes gyümölcs leves + En: 739,8 kcal Zs: 4,2 g Tz: 0,9 g Fe: 7,6 g Sz: 160,4 g Cu: 40,4 g So: 0,0 g Hs: - tejféle, glutén			Csirkeaprólk leves + En: 374,8 kcal Zs: 26,7 g Tz: 0,9 g Fe: 24,5 g Sz: 7,6 g Cu: 1,0 g So: 2,8 g Hs: - zeller, glutén, tojás		
Vagdalt (sertés húsból)+ Tápanyag En: 347,2 kcal Zs: 22,1 g jellemzők Tz: 0,1 g Fe: 17,9 g Sz: 16,6 g Cu: 0,1 g So: 1,8 g Hs: 1,4 g Allergének tojás, glutén, szója			Zengővári csirkemellcsíkok+ En: 190,2 kcal Zs: 4,5 g Tz: 0,6 g Fe: 28,0 g Sz: 11,0 g Cu: 2,1 g So: 3,2 g Hs: 1,2 g glutén, tojás, zeller			Tejfölös burgonyafőzelék + En: 376,3 kcal Zs: 13,4 g Tz: 1,4 g Fe: 7,5 g Sz: 54,6 g Cu: 4,9 g So: 1,5 g Hs: 1,4 g tejféle, glutén			Zúza pörkölt (pulyka)+ En: 200,8 kcal Zs: 10,9 g Tz: 1,7 g Fe: 22,7 g Sz: 2,9 g Cu: 0,6 g So: 2,0 g Hs: 1,9 g			juhturós sztrapacska En: 1011,7 kcal Zs: 39,9 g Tz: 1,4 g Fe: 39,1 g Sz: 118,2 g Cu: 0,3 g So: 0,9 g Hs: - tojás, tejféle, glutén			Burgonyapaprikás hússal, galuskával + En: 661,1 kcal Zs: 28,5 g Tz: 1,8 g Fe: 22,2 g Sz: 75,1 g Cu: 0,4 g So: 2,6 g Hs: 1,9 g tojás, glutén			Sült tarja (egész) + En: 285,9 kcal Zs: 22,5 g Tz: 1,3 g Fe: 18,9 g Sz: 0,3 g Cu: 0,0 g So: 1,6 g Hs: 1,6 g		
Tört burgonya + Tápanyag En: 301,9 kcal Zs: 0,6 g jellemzők Tz: - Fe: 8,0 g Sz: 64,0 g Cu: - So: 0,3 g Hs: 0,3 g Allergének			Bulgur saláta+ En: 411,2 kcal Zs: 2,0 g Tz: - Fe: 15,7 g Sz: 87,8 g Cu: 0,1 g So: 0,3 g Hs: - glutén			Fasírt (pulyka húsból)+ En: 279,3 kcal Zs: 14,5 g Tz: 2,9 g Fe: 20,1 g Sz: 16,3 g Cu: 0,1 g So: 1,8 g Hs: 1,4 g tojás, glutén, szója			Tarhonya + En: 476,0 kcal Zs: 12,6 g Tz: 1,3 g Fe: 15,0 g Sz: 72,9 g Cu: - So: 2,1 g Hs: 1,6 g glutén, tojás			Kenyér félbarna E+ En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g So: 0,6 g Hs: - glutén, szója			Kenyér félbarna E+ En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g So: 0,6 g Hs: - glutén, szója			Burgonyapüré + En: 431,8 kcal Zs: 14,9 g Tz: 5,9 g Fe: 9,6 g Sz: 63,3 g Cu: 3,3 g So: 0,6 g Hs: 0,5 g tejféle		
Csemege uborka + Tápanyag En: 35,3 kcal Zs: 0,0 g jellemzők Tz: - Fe: 0,6 g Sz: 1,3 g Cu: 0,5 g So: 0,6 g Hs: - Allergének			Kenyér félbarna E+ En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g So: 0,6 g Hs: - glutén, szója			Kenyér félbarna E+ En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g So: 0,6 g Hs: - glutén, szója			Vegyes vágott savanyúság + En: 11,3 kcal Zs: 0,1 g Tz: - Fe: 0,6 g Sz: 1,9 g Cu: - So: - Hs: -									Dinnye savanyú + En: 22,6 kcal Zs: - Tz: - Fe: 0,4 g Sz: 5,7 g Cu: - So: - Hs: -		
Kenyér félbarna E+ Tápanyag En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g jellemzők Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g So: 0,6 g Hs: - Allergének glutén, szója									Kenyér félbarna E+ En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g So: 0,6 g Hs: - glutén, szója									Kenyér félbarna E+ En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g So: 0,6 g Hs: - glutén, szója		
Ebéd - B																				
Paradicsom leves betűtésztával + Tápanyag En: 260,6 kcal Zs: 6,1 g jellemzők Tz: 0,9 g Fe: 3,5 g Sz: 46,8 g Cu: 37,5 g So: 0,5 g Hs: 0,5 g Allergének glutén			Tojás leves gyulai kolbászkákkal + En: 146,7 kcal Zs: 6,7 g Tz: 0,8 g Fe: 6,0 g Sz: 14,6 g Cu: 0,6 g So: 1,4 g Hs: - tojás, glutén			Karfiol leves vajas galuskával+ Suhintott tökleves+ En: 134,5 kcal Zs: 7,6 g Tz: 1,8 g Fe: 4,0 g Sz: 12,3 g Cu: 2,7 g So: 2,5 g Hs: 1,9 g zeller, tojás, tejféle, glutén			En: 115,1 kcal Zs: 5,5 g Tz: 0,4 g Fe: 2,1 g Sz: 13,7 g Cu: 4,9 g So: 1,9 g Hs: 1,9 g tejféle, glutén			Sárgaborsó gulyás füstölt kolbásszal+ En: 405,7 kcal Zs: 20,3 g Tz: 11,5 g Fe: 20,5 g Sz: 28,2 g Cu: 0,6 g So: 5,6 g Hs: 4,8 g glutén, tojás								



Gyulakonyha Non-profit Kft.

5700 Gyula
Nürnbergi u. 8.

ÉTLAP

2026. 35. hét (2026.08.24. - 2026.08.30.)

Idősek

Korcsoport: 70 év felett

IKR-Élelmezési program [V: 4.3.0.3] © Info-Set Kft.

2026.07.17. 9:17

3. / 4. oldal

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Ebéd - B						

Sült csirkecomb +		Zöldséges, húsos rakott penne Paradicsomos káposzta +		Sertés sült (egész) +		Tejbedara +	
Tápanyag	En: 251,0 kcal Zs: 17,9 g	En: 602,3 kcal Zs: 18,2 g	En: 436,4 kcal Zs: 14,8 g	En: 907,0 kcal Zs: 18,9 g	En: 563,8 kcal Zs: 12,8 g	En: 563,8 kcal Zs: 12,8 g	En: 563,8 kcal Zs: 12,8 g
jellemzők	Tz: 4,2 g Fe: 20,6 g	Tz: 4,2 g Fe: 40,6 g	Tz: 2,1 g Fe: 7,3 g	Tz: 1,3 g Fe: 25,4 g	Tz: 0,3 g Fe: 19,7 g	Tz: 0,3 g Fe: 19,7 g	Tz: 0,3 g Fe: 19,7 g
	Sz: 1,7 g Cu: 0,9 g	Sz: 75,1 g Cu: 2,9 g	Sz: 66,7 g Cu: 37,6 g	Sz: 0,8 g Cu: 0,0 g	Sz: 89,8 g Cu: 52,7 g	Sz: 89,8 g Cu: 52,7 g	Sz: 89,8 g Cu: 52,7 g
	So: 2,7 g Hs: 1,4 g	So: 1,9 g Hs: 1,6 g	So: 0,0 g Hs: -	So: 1,6 g Hs: 1,6 g	So: 2,2 g Hs: 2,2 g	So: 2,2 g Hs: 2,2 g	So: 2,2 g Hs: 2,2 g
Allergének	glutén, tojás, zeller	zeller, glutén, tejszíne	glutén		tejszíne, glutén	tejszíne, glutén	tejszíne, glutén

Francia saláta +		Kenyér félbarna E+		Sertés sült (egész) +		Hagymás tört burgonya +		Kakaó szórát +	
Tápanyag	En: 336,9 kcal Zs: 21,1 g	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g	En: 907,0 kcal Zs: 18,9 g	En: 287,8 kcal Zs: 0,7 g	En: 75,8 kcal Zs: 0,7 g	En: 75,8 kcal Zs: 0,7 g	En: 75,8 kcal Zs: 0,7 g	En: 75,8 kcal Zs: 0,7 g	En: 75,8 kcal Zs: 0,7 g
jellemzők	Tz: 1,2 g Fe: 6,7 g	Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g	Tz: 1,3 g Fe: 25,4 g	Tz: - Fe: 7,7 g	Tz: 0,3 g Fe: 0,8 g	Tz: 0,3 g Fe: 0,8 g	Tz: 0,3 g Fe: 0,8 g	Tz: 0,3 g Fe: 0,8 g	Tz: 0,3 g Fe: 0,8 g
	Sz: 27,2 g Cu: 3,3 g	Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g	Sz: 0,8 g Cu: 0,0 g	Sz: 60,9 g Cu: -	Sz: 16,0 g Cu: 15,6 g	Sz: 16,0 g Cu: 15,6 g	Sz: 16,0 g Cu: 15,6 g	Sz: 16,0 g Cu: 15,6 g	Sz: 16,0 g Cu: 15,6 g
	So: 0,6 g Hs: -	So: 0,6 g Hs: -	So: 1,6 g Hs: 1,6 g	So: 0,3 g Hs: 0,3 g	So: 0,0 g Hs: -	So: 0,0 g Hs: -	So: 0,0 g Hs: -	So: 0,0 g Hs: -	So: 0,0 g Hs: -
Allergének	tejszíne, mustár, tojás	glutén, szója			glutén	glutén	glutén	glutén	glutén

Kenyér félbarna E+		Kenyér félbarna E+		Dinnye savanyú +		Kenyér félbarna E+	
Tápanyag	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g	En: 22,6 kcal Zs: -	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g
jellemzők	Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g	Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g	Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g	Tz: - Fe: 0,4 g	Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g	Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g	Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g
	Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g	Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g	Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g	Sz: 5,7 g Cu: -	Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g	Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g	Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g
	So: 0,6 g Hs: -	So: 0,6 g Hs: -	So: 0,6 g Hs: -	So: - Hs: -	So: 0,6 g Hs: -	So: 0,6 g Hs: -	So: 0,6 g Hs: -
Allergének	glutén, szója	glutén, szója	glutén, szója		glutén, szója	glutén, szója	glutén, szója

Tápanyag	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g	En: 22,6 kcal Zs: -	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g
jellemzők	Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g	Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g	Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g	Tz: - Fe: 0,4 g	Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g	Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g	Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g
	Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g	Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g	Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g	Sz: 5,7 g Cu: -	Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g	Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g	Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g
	So: 0,6 g Hs: -	So: 0,6 g Hs: -	So: 0,6 g Hs: -	So: - Hs: -	So: 0,6 g Hs: -	So: 0,6 g Hs: -	So: 0,6 g Hs: -
Allergének				glutén, szója			

Uzsonna - A

Túró rudi +		Szilva +		Kockasajt +		Szőlő +		Nektarin+		Méz mini (tízórai)+		Krémtúró (90gr) +	
Tápanyag	En: 107,4 kcal Zs: 5,4 g	En: 58,0 kcal Zs: 0,5 g	En: 46,5 kcal Zs: 3,5 g	En: 78,0 kcal Zs: 0,5 g	En: 58,8 kcal Zs: 0,6 g	En: 65,1 kcal Zs: -	En: 205,9 kcal Zs: 7,9 g	En: 58,8 kcal Zs: 0,6 g	En: 65,1 kcal Zs: -	En: 65,1 kcal Zs: -	En: 65,1 kcal Zs: -	En: 205,9 kcal Zs: 7,9 g	En: 205,9 kcal Zs: 7,9 g
jellemzők	Tz: 5,4 g Fe: 3,0 g	Tz: - Fe: 0,7 g	Tz: 2,3 g Fe: 1,6 g	Tz: - Fe: 0,6 g	Tz: - Fe: 0,5 g	Tz: - Fe: 0,1 g	Tz: - Fe: 13,6 g	Tz: - Fe: 0,5 g	Tz: - Fe: 0,1 g	Tz: - Fe: 0,1 g	Tz: - Fe: 0,1 g	Tz: - Fe: 13,6 g	Tz: - Fe: 13,6 g
	Sz: 11,7 g Cu: 11,0 g	Sz: 13,1 g Cu: -	Sz: 2,1 g Cu: 1,2 g	Sz: 18,1 g Cu: -	Sz: 13,7 g Cu: -	Sz: 16,2 g Cu: -	Sz: 3,4 g Cu: -	Sz: 13,7 g Cu: -	Sz: 16,2 g Cu: -	Sz: 16,2 g Cu: -	Sz: 16,2 g Cu: -	Sz: 3,4 g Cu: -	Sz: 3,4 g Cu: -
	So: 0,0 g Hs: -	So: - Hs: -	So: 0,2 g Hs: -	So: - Hs: -	So: - Hs: -	So: - Hs: -	So: - Hs: -	So: - Hs: -	So: - Hs: -	So: - Hs: -	So: - Hs: -	So: - Hs: -	So: - Hs: -
Allergének	tejszíne		tejszíne				tejszíne					tejszíne	tejszíne

Kenyér félbarna T,U+		Kenyér félbarna T,U+	
Tápanyag	En: 156,5 kcal Zs: 0,5 g	En: 156,5 kcal Zs: 0,5 g	En: 156,5 kcal Zs: 0,5 g
jellemzők	Tz: 0,2 g Fe: 4,8 g	Tz: 0,2 g Fe: 4,8 g	Tz: 0,2 g Fe: 4,8 g
	Sz: 31,8 g Cu: 0,1 g	Sz: 31,8 g Cu: 0,1 g	Sz: 31,8 g Cu: 0,1 g
	So: 0,8 g Hs: -	So: 0,8 g Hs: -	So: 0,8 g Hs: -
Allergének	glutén, szója	glutén, szója	glutén, szója

Hétfő		Kedd		Szerda		Csütörtök		Péntek		Szombat		Vasárnap						
Vacsora - A																		
Májkrém 65gr +		Tojásos lecsós virsli +		Limonádé +		Tej +		Császár szalonna +		Sajtkrém (magyaros) +		Olasz felvágott +						
Tápanyag jellemzők	En:	144,1 kcal	Zs: 11,1 g	En:	514,6 kcal	Zs: 38,9 g	En:	204,6 kcal	Zs: 9,2 g	En:	352,3 kcal	Zs: 31,2 g	En:	54,6 kcal	Zs: 154,2 g	En:	100,8 kcal	Zs: 8,6 g
	Tz:	-	Fe: 8,6 g	Tz:	8,3 g	Fe: 24,5 g	Tz:	-	Fe: 11,2 g	Tz:	-	Fe: 16,9 g	Tz:	2,7 g	Fe: 2,5 g	Tz:	3,5 g	Fe: 5,1 g
	Sz:	1,3 g	Cu: -	Sz:	14,7 g	Cu: 1,6 g	Sz:	17,5 g	Cu: 17,5 g	Sz:	1,3 g	Cu: -	Sz:	1,7 g	Cu: 1,4 g	Sz:	0,8 g	Cu: 0,0 g
	So:	-	Hs: -	So:	3,7 g	Hs: 1,7 g	So:	-	Hs: -	So:	-	Hs: -	So:	0,3 g	Hs: -	So:	0,4 g	Hs: -
Allergének		tojás, glutén, szója				tejféle				tejféle		szója						
Zöldpaprika kg +		Kenyér félbarna R,V+		Pizzás csiga+		Kukorica kása +		Kenyér félbarna R,V+		Kenyér félbarna R,V+		Graham kenyér R,V+						
Tápanyag jellemzők	En:	8,0 kcal	Zs: 0,1 g	En:	260,8 kcal	Zs: 0,8 g	En:	403,3 kcal	Zs: 22,9 g	En:	252,7 kcal	Zs: 2,2 g	En:	260,8 kcal	Zs: 0,8 g	En:	141,4 kcal	Zs: 1,0 g
	Tz:	-	Fe: 0,5 g	Tz:	0,3 g	Fe: 8,0 g	Tz:	8,7 g	Fe: 9,6 g	Tz:	0,2 g	Fe: 6,7 g	Tz:	0,3 g	Fe: 8,0 g	Tz:	1,0 g	Fe: 5,0 g
	Sz:	1,2 g	Cu: -	Sz:	53,0 g	Cu: 0,2 g	Sz:	39,8 g	Cu: 1,1 g	Sz:	49,1 g	Cu: 1,3 g	Sz:	53,0 g	Cu: 0,2 g	Sz:	24,6 g	Cu: 0,1 g
	So:	-	Hs: -	So:	1,3 g	Hs: -	So:	2,8 g	Hs: -	So:	2,1 g	Hs: 2,1 g	So:	1,3 g	Hs: -	So:	0,9 g	Hs: -
Allergének		glutén, szója		glutén, tejféle				glutén, szója		glutén, szója		glutén						
Kenyér félbarna R,V+										Zöldpaprika kg +		Paradicsom +						
Tápanyag jellemzők	En:	260,8 kcal	Zs: 0,8 g							En:		8,0 kcal	Zs: 0,1 g	En:	11,6 kcal	Zs: 0,1 g		
	Tz:	0,3 g	Fe: 8,0 g							Tz:		-	Fe: 0,5 g	Tz:	-	Fe: 0,5 g		
	Sz:	53,0 g	Cu: 0,2 g							Sz:		1,2 g	Cu: -	Sz:	2,0 g	Cu: -		
	So:	1,3 g	Hs: -							So:		-	Hs: -	So:	-	Hs: -		
Allergének		glutén, szója																
SEnergia-A		2631,85kcal		2453,97kcal		2564,14kcal		1860,19kcal		3066,94kcal		2720,79kcal		2440,25kcal				
SEnergia-B		978,85kcal		879,45kcal		1608,28kcal		1462,88kcal		1175,67kcal		0kcal		0kcal				

Jelmagyarázat: En - Energia, Fe - Fehérje, Zs - Zsír, Sz - Szénhidrát, Cu - Cukor, Tz - Tellített zsírsav, So - Összes só, Hs - Hozzáadott só