

 Gyulakonyha Non-profit Kft. 5700 Gyula Nürnbergi u. 8. ÉTLAP 2026. 44. hét (2026.10.26. - 2026.11.01.) Előfizetői 'A' menü Korcsoport: 19 - 69 év IKR-Élelmezési program [V: 4.3.0.7] © Info-Set Kft. 2026.09.23. 9:28 1. / 2. oldal						
Hétfő		Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	
Ebéd - A						
Csontleves gazdagon +		Lebbencs leves +	Paradicsom leves betűtésztaival +	Brokkoli krémleves +	Húsgaluska leves +	
Tápanyag jellemzők	En: 123,1 kcal Zs: 4,9 g Tz: 0,2 g Fe: 3,8 g Sz: 15,3 g Cu: 0,1 g So: 1,6 g Hs: 1,4 g	En: 213,1 kcal Zs: 11,6 g Tz: 1,4 g Fe: 3,8 g Sz: 22,5 g Cu: 0,4 g So: 2,1 g Hs: 1,4 g	En: 280,6 kcal Zs: 6,1 g Tz: 0,9 g Fe: 3,5 g Sz: 51,8 g Cu: 42,4 g So: 0,5 g Hs: 0,5 g	En: 137,4 kcal Zs: 6,8 g Tz: 2,4 g Fe: 6,2 g Sz: 12,5 g Cu: 2,2 g So: 1,8 g Hs: 1,2 g	En: 203,3 kcal Zs: 14,1 g Tz: 0,7 g Fe: 7,9 g Sz: 10,2 g Cu: 0,2 g So: 1,4 g Hs: 1,0 g	
Allergének	glutén, hal, szója, tejféle, tojás, zeller	glutén, tojás	glutén	zeller, tojás, tejféle, glutén	zeller, tojás, glutén	
Zöldséges, húsos rakott penne +		Rakott édeskáposzta +	Sajtos halfilé +	Levesgyöngy +	Sajtos tejfölös tészta +	
Tápanyag jellemzők	En: 694,3 kcal Zs: 19,9 g Tz: 4,8 g Fe: 43,6 g Sz: 91,4 g Cu: 3,0 g So: 2,1 g Hs: 1,6 g	En: 762,0 kcal Zs: 36,0 g Tz: 1,4 g Fe: 26,2 g Sz: 79,9 g Cu: 0,3 g So: 2,5 g Hs: 1,9 g	En: 314,3 kcal Zs: 18,2 g Tz: 3,7 g Fe: 29,4 g Sz: 0,9 g Cu: 0,2 g So: 2,5 g Hs: 1,9 g	En: 27,1 kcal Zs: 1,7 g Tz: 0,8 g Fe: 0,4 g Sz: 2,5 g Cu: 0,0 g So: 0,0 g Hs: -	En: 660,3 kcal Zs: 28,2 g Tz: 2,6 g Fe: 24,9 g Sz: 76,0 g Cu: 4,7 g So: 0,7 g Hs: 0,2 g	
Allergének	zeller, glutén, tejféle	tejféle	hal, tejféle		tejféle, glutén, tojás	
Kenyér félbarna E+		Kenyér félbarna E+	Burgonyapüré +	Rozmaringos csirkecomb +	Kenyér félbarna E+	
Tápanyag jellemzők	En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g So: 1,3 g Hs: -	En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g So: 1,3 g Hs: -	En: 390,9 kcal Zs: 15,1 g Tz: 5,9 g Fe: 8,7 g Sz: 53,8 g Cu: 3,8 g So: 0,5 g Hs: 0,5 g	En: 443,2 kcal Zs: 34,8 g Tz: 7,6 g Fe: 54,8 g Sz: 2,4 g Cu: 1,0 g So: 2,3 g Hs: 1,4 g	En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g So: 1,3 g Hs: -	
Allergének	glutén, szója	glutén, szója	tejféle		glutén, szója	
Kenyér félbarna E+		Kenyér félbarna E+	Párolt rizs 1/2 adag +			
Tápanyag jellemzők		En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g So: 1,3 g Hs: -	En: 328,9 kcal Zs: 9,5 g Tz: 1,3 g Fe: 5,9 g Sz: 54,9 g Cu: 0,2 g So: 0,9 g Hs: 0,5 g			
Allergének		glutén, szója	zeller, glutén, hal, szója, tejféle, tojás			
Friss káposzta saláta +		Francia saláta +				
Tápanyag jellemzők		En: 77,9 kcal Zs: 0,2 g Tz: - Fe: 1,7 g Sz: 17,0 g Cu: 10,8 g So: - Hs: -	En: 482,9 kcal Zs: 32,9 g Tz: 2,0 g Fe: 9,1 g Sz: 34,5 g Cu: 4,1 g So: 0,8 g Hs: -			
Allergének			tejféle, mustár, tojás			
Kenyér félbarna E+		Kenyér félbarna E+				
Tápanyag jellemzők		En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g So: 1,3 g Hs: -				
Allergének		glutén, szója				
SEnergia-A		1078,21kcal	1235,9kcal	1324,47kcal	1680,42kcal	1124,39kcal



Gyulakonyha Non-profit Kft.

5700 Gyula

Nürnbergi u. 8.

ÉTLAP

2026. 44. hét (2026.10.26. - 2026.11.01.)

Előfizetői 'A' menü

Korcsoport: 19 - 69 év

IKR-Élelmezési program [V: 4.3.0.7] © Info-Set Kft.

2026.09.23. 9:28

2. / 2. oldal

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
-------	------	--------	-----------	--------

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