

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd - A					
	Sajtkrém leves +	Minestrone leves+	Srépás,petrezselymes dörzsléves+	Francia hagymaleves +	Betyár gulyás +
Tápanyag jellemzők	En: 350,9 kcal Zs: 25,9 g Tz: 4,3 g Fe: 14,0 g Sz: 14,8 g Cu: 2,4 g So: 0,5 g Hs: -	En: 292,2 kcal Zs: 16,8 g Tz: 1,2 g Fe: 8,1 g Sz: 26,3 g Cu: 0,7 g So: 3,1 g Hs: 1,9 g	En: 144,7 kcal Zs: 4,0 g Tz: 0,5 g Fe: 4,9 g Sz: 22,5 g Cu: 2,6 g So: 1,9 g Hs: 1,4 g	En: 172,5 kcal Zs: 10,4 g Tz: 3,6 g Fe: 3,3 g Sz: 16,6 g Cu: 0,1 g So: 2,0 g Hs: 1,9 g	En: 715,8 kcal Zs: 56,2 g Tz: 8,4 g Fe: 20,6 g Sz: 25,9 g Cu: 1,4 g So: 5,4 g Hs: 1,9 g
Allergének	tejféle, glutén	zeller, tejféle, glutén, tojás	glutén, hal, szója, tejféle, tojás, zeller	tejféle, glutén	
	Zsemlekocka +	Zöldbab főzelék +	Zöldségfelfűjt+	Levesgyöngy +	Tejbedara +
Tápanyag jellemzők	En: 25,7 kcal Zs: 1,6 g Tz: - Fe: 0,6 g Sz: 1,9 g Cu: - So: - Hs: -	En: 314,9 kcal Zs: 17,1 g Tz: 2,9 g Fe: 6,2 g Sz: 33,1 g Cu: 3,0 g So: 1,9 g Hs: 1,9 g	En: 319,5 kcal Zs: 16,4 g Tz: 1,3 g Fe: 16,4 g Sz: 26,3 g Cu: 4,4 g So: 0,3 g Hs: -	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: 563,8 kcal Zs: 12,8 g Tz: 0,3 g Fe: 19,7 g Sz: 89,8 g Cu: 52,7 g So: 2,2 g Hs: 2,2 g
Allergének		tejféle, glutén	tejféle, tojás, glutén		tejféle, glutén
	Rántott halfilé +	Húsos tallér+	Grill csirkemell +	Spenótos csirkemell pennével +	Kakaó szórat +
Tápanyag jellemzők	En: 499,1 kcal Zs: 12,5 g Tz: 1,9 g Fe: 34,4 g Sz: 52,8 g Cu: 0,2 g So: 2,6 g Hs: 1,4 g	En: 463,6 kcal Zs: 37,0 g Tz: 1,9 g Fe: 18,6 g Sz: 11,5 g Cu: 0,0 g So: 1,5 g Hs: 1,2 g	En: 141,7 kcal Zs: 4,3 g Tz: 0,6 g Fe: 26,1 g Sz: 1,8 g Cu: 0,5 g So: 2,1 g Hs: 1,0 g	En: 694,1 kcal Zs: 24,2 g Tz: 5,0 g Fe: 39,3 g Sz: 80,8 g Cu: 3,0 g So: 2,7 g Hs: 2,2 g	En: 75,8 kcal Zs: 0,7 g Tz: 0,3 g Fe: 0,8 g Sz: 16,0 g Cu: 15,6 g So: 0,0 g Hs: -
Allergének	hal, tojás, glutén	tojás, glutén	glutén, tojás, zeller	zeller, tejféle, glutén	glutén
	Petrezselymes burgonya +	Kenyér félbarna E+	Kenyér félbarna E+	Kenyér félbarna E+	Kenyér félbarna E+
Tápanyag jellemzők	En: 378,5 kcal Zs: 0,8 g Tz: - Fe: 10,1 g Sz: 80,2 g Cu: - So: 0,5 g Hs: 0,5 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: -	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: 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	glutén, szója	glutén, szója
	Majonézes káposztasaláta +				
Tápanyag jellemzők	En: 191,3 kcal Zs: 16,4 g Tz: 1,0 g Fe: 2,3 g Sz: 7,5 g Cu: 1,2 g So: 0,3 g Hs: -				
Allergének	tejféle, mustár, tojás				
	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	1706,27kcal	1331,45kcal	866,67kcal	1154,55kcal	1616,26kcal



Gyulakonyha Non-profit Kft.

5700 Gyula

Nürnbergi u. 8.

ÉTLAP

2026. 40. hét (2026.09.28. - 2026.10.04.)

Előfizetői 'B' menü

Korcsoport: 19 - 69 év

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

2026.09.14. 13:54

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