Gyulakonyha Non-profit Kft.

5700 Gyula
Nürnbergi u. 8.

ÉTLAP

2026. 45. hét (2026.11.02. - 2026.11.08.)
Elõfizetõi 'B' menü
Korcsoport: 19 - 69 év

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

2026.10.27. 8:55

Ebéd - A

	Hétfõ	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
	Daragaluska leves +	**Brokkoli krémleves +**	**Lebbencs leves +**	**Zellerkrém leves +**	**Bihari csorbaleves +**
Tápanyag	En: 138,9 kcal Zs: 6,0 g	En: 137,4 kcal Zs: 6,8 g	En: 213,1 kcal Zs: 11,6 g	En: 162,8 kcal Zs: 7,6 g	En: 805,5 kcal Zs: 19,6 g
jellemzõk	Tz: 0,2 g Fe: 3,8 g	Tz: 2,4 g Fe: 6,2 g	Tz: 1,4 g Fe: 3,8 g	Tz: 2,6 g Fe: 5,0 g	Tz: 0,9 g Fe: 23,3 g
	Sz: 17,2 g Cu: 0,1 g	Sz: 12,5 g Cu: 2,2 g	Sz: 22,5 g Cu: 0,4 g	Sz: 17,9 g Cu: 2,3 g	Sz: 27,3 g Cu: 0,4 g
	So: 2,4 g Hs: 1,4 g	So: 1,8 g Hs: 1,2 g	So: 2,1 g Hs: 1,4 g	So: 2,5 g Hs: 1,9 g	So: - Hs: -
Allergének	glutén, hal, szója, tejféle, tojás, zeller	zeller, tojás, tejféle, glutén	glutén, tojás	zeller, tojás, tejféle, glutén	tejféle, glutén
	Dubarry sertés szelet +	**Harcsa paprikás+**	**Sült virsli +**	**Bolognai +**	**Citrom kocka+**
Tápanyag	En: 524,5 kcal Zs: 33,0 g	En: 307,2 kcal Zs: 16,3 g	En: 373,6 kcal Zs: 34,0 g	En: 388,3 kcal Zs: 29,6 g	En: 381,1 kcal Zs: 14,4 g
jellemzõk	Tz: 7,6 g Fe: 32,8 g	Tz: 3,7 g Fe: 27,7 g	Tz: 12,2 g Fe: 14,4 g	Tz: 1,7 g Fe: 15,9 g	Tz: 2,0 g Fe: 7,0 g
	Sz: 22,4 g Cu: 5,5 g	Sz: 4,2 g Cu: 0,7 g	Sz: 2,5 g Cu: 0,6 g	Sz: 12,0 g Cu: 5,5 g	Sz: 54,8 g Cu: 25,1 g
	So: 2,3 g Hs: 1,9 g	So: 3,5 g Hs: 1,9 g	So: 2,5 g Hs: -	So: 2,6 g Hs: 1,9 g	So: 0,0 g Hs: -
Allergének	tojás, glutén, tejféle	hal, tejféle		glutén	tojás, glutén, tejféle
	Petrezselymes burgonya +	**Szarvacska tészta +**	**Zöldborsó fõzelék +**	**Spagetti+**	**Kenyér félbarna E+**
Tápanyag	En: 378,5 kcal Zs: 0,8 g	En: 366,6 kcal Zs: 2,0 g	En: 452,6 kcal Zs: 14,4 g	En: 447,1 kcal Zs: 3,2 g	En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g
jellemzõk	Tz: - Fe: 10,1 g	Tz: 0,3 g Fe: 14,0 g	Tz: 2,9 g Fe: 15,8 g	Tz: 0,4 g Fe: 16,8 g	Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g
	Sz: 80,2 g Cu: -	Sz: 73,0 g Cu: 4,5 g	Sz: 65,0 g Cu: 21,6 g	Sz: 87,6 g Cu: 5,4 g	Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g
	So: 0,5 g Hs: 0,5 g	So: 1,1 g Hs: 1,0 g	So: 1,8 g Hs: 1,4 g	So: 0,4 g Hs: 0,3 g	So: 1,3 g Hs: -
Allergének		glutén, tojás	glutén, hal, szója, tejféle, tojás, zeller	glutén, tojás	glutén, szója
	Kenyér félbarna E+	**Kenyér félbarna E+**	**Kenyér félbarna E+**	**Sajt korona +**	
Tápanyag	En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g	En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g	En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g	En: 88,6 kcal Zs: 6,5 g	
jellemzõk	Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g	Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g	Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g	Tz: 4,3 g Fe: 7,4 g	
	Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g	Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g	Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g	Sz: 0,3 g Cu: 0,3 g	
	So: 1,3 g Hs: -	So: 1,3 g Hs: -	So: 1,3 g Hs: -	So: 0,5 g Hs: -	
Allergének	glutén, szója	glutén, szója	glutén, szója	tejféle	
		Levesgyöngy +		**Kenyér félbarna E+**	
Tápanyag		En: 27,1 kcal Zs: 1,7 g		En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g	
jellemzõk		Tz: 0,8 g Fe: 0,4 g		Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g	
		Sz: 2,5 g Cu: 0,0 g		Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g	
		So: 0,0 g Hs: -		So: 1,3 g Hs: -	
Allergének				glutén, szója	

SEnergia-A	1302,78kcal	1099,11kcal	1300,14kcal	1347,6kcal	1447,37kcal

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