

3.6.3. Tömör étlap tápértékekkel ár nélkül

2025.11.17. hétfő - 2025.11.21. péntek

Diéta: 545I 200 GR SZÉNHIDRÁT ISKOLA

Hét: 47	REGGELI - TIZORAI	EBÉD	Uzs. - VACS.	VEDOETEL	Só	Cukor	Szénhidrát	Fehérje	Zsír	Kalória
Hétfő	ROZSOS KENYÉR 1SZELET, MINI MARGARIN, ZALAFELV. 4DKG, UBORKA FRISS, 1	GLUTÉNQ ERŐLEVES , FŐTT SERTÉS GLUTÉNQ, ROZSOS KENYÉR 0,5 SZELET, GLUTÉNQ LAKTÓZQ KAPROS ZÖLDBABFŐZELÉK, 1,7, 9,10	ROZSOS KENYÉR 1SZELET, MINI MARGARIN, SAJT 4 DKG, PARADICSOM, 1,7		R: 1,73 E: 5,38 V: 1,53 Vé: 8,64 Ö: 110,63		30,38 47,91 32,34 11,56 61,85	13,82 34,29 16,00 57,18	13,82 26,26 17,10 57,18	329,80 585,32 387,40 1 302,52
Kedd	ROZSOS KENYÉR 1SZELET, MINI MARGARIN, BÉCSI FELV.4DKG, UBORKA FRISS, 1	GLUTÉNQ TEJQ TÁRKONYOS ZÖLDSÉGLEVES, LECSÓS SZELET GLUTÉNQ, PÁROLT RIZS /07, 9,10	ROZSOS KENYÉR 1SZELET, JOGHURT, MINI MARGARIN, PARIZER 4DKG, RETEK/SZOC, 1,7		R: 1,61 E: 6,60 V: 1,53 Vé: 9,74 Ö: 130,64		30,38 61,36 38,90 58,96 130,64	10,52 31,96 16,48 58,69	15,06 23,29 20,34 58,69	339,60 600,80 449,35 1 389,75
Szerda	ROZSOS KENYÉR 1SZELET, KOCKA SAJT, MINI MARGARIN, Z.PAPRIKA , 1,7	MAJGALUSKALEVES GLUTÉNQ, CLUTÉNQ, TEJQ VAGDALT PÁROLT, GluténQ LaktózQ kukoricafőzelék sach., 3,10,7, minden 10	ROZSOS KENYÉR 1SZELET, KEFIR, UBORKA FRISS, 1,7		R: 0,85 E: 6,72 V: 0,73 Vé: 8,30 Ö: 140,99		30,90 70,51 39,58 60,40 140,99	9,57 38,71 12,12 47,92	12,11 27,95 7,86 47,92	335,40 725,87 286,30 1 347,57
Csütörtök	ROZSOS KENYÉR 1SZELET, MINI MARGARIN, SOPRON 4DKG, PARADICSOM, 1	GLUTÉNQ LAKTÓZQ BROKKOLIKRÉMLEVES RIZSQ, Gluténq tepsis csirke egytál, KÁPOSZTA SALÁTA SACHARINOS, KUK KENYÉR LEVESBETÉT, 7,10, minden 10	ROZSOS KENYÉR 1SZELET, MINI MARGARIN, LAPKA SAJT, UBORKA FRISS, 1,7		R: 1,69 E: 10,50 V: 0,73 Vé: 12,92 Ö: 139,59		31,78 76,97 30,84 59,22 139,59	10,76 41,01 7,45 48,64	15,66 24,64 8,34 48,64	372,72 728,07 265,43 1 366,22
Péntek	ROZSOS KENYÉR 1SZELET, MINI MARGARIN, PARIZER 4DKG, Z.PAPRIKA , 1	GLUTÉNQ TEJQ TÁRK. S.RAGULEVES*, GLUTÉNQ KÁPOSZTÁS TÉSZTA, 10	TÖMLŐS SAJTKRÉM, ROZSOS KENYÉR 1SZELET, ZÖLDHAGYMA, 1,7		R: 1,53 E: 4,00 V: 1,23 Vé: 6,76 Ö: 164,42		30,90 92,97 40,55 39,60 164,42	10,16 20,37 9,07 44,24	13,14 23,44 7,66 44,24	325,20 688,09 267,40 1 280,69
Mindösszesen:					46,36	686,27	280,03	256,67	6 686,75	

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!

3.6.3. Tömör étlap tápértékekkel ár nélkül

2025.11.17. hétfő - 2025.11.21. péntek

Diéta: 5450 CUKORBETEG ÓVODÁS

Hét: 47	REGGELI - TIZORAI	EBÉD	UZS. - VACS.	VEDOETEL	Só	Cukor	Szénhidrát	Fehérje	Zsír	Kalória
Hétfő	ROZSOS KENYÉR 1SZELET, MINI MARGARIN, ZALAFELV. 4DKG, UBORKA FRISS, 1	GLUTÉNQ ERŐLEVES TésztaQ, FÖTT SERTÉS GLUTÉNQ /07, ROZSOS KENYÉR 0,5 SZELET, GLUTÉNQ LAKTÓZQ KAPROS ZÖLDBABFŐZELÉK, 1,7, 9, 10	ROZSOS KENYÉR 1SZELET, MINI MARGARIN, SAJT 4 DKG, PARADICSOM, 1,7		R: 1,73 E: 3,88 V: 1,53 Vé: 7,14 Ö: 1,61 E: 5,25 V: 1,53 Vé: 8,39 Ö: 0,85 E: 4,70 V: 0,73 Vé: 6,28 Ö: 1,69 E: 9,15 V: 0,73 Vé: 11,57 Ö: 1,53 E: 2,80 V: 1,23 Vé: 5,56		30,38 36,94 32,34 99,66 30,38 57,98 38,90 127,26 30,90 52,85 39,58 123,33 31,78 58,88 56,84 121,50 30,90 89,35 40,55 160,80	11,56 32,31 16,00 59,87 10,52 31,55 16,48 58,55 9,57 27,11 12,12 48,80 10,76 28,72 7,45 46,93 10,16 15,91 9,07 35,14	13,82 21,40 17,10 52,32 15,06 20,90 20,34 56,30 12,11 19,57 7,86 39,54 15,66 17,25 8,34 41,25 13,14 20,54 7,66 41,34	329,80 483,73 387,40 1 200,93 339,60 561,03 449,35 1 349,98 335,40 522,11 286,30 1 143,81 372,72 533,20 265,43 1 171,35 325,20 624,65 267,40 1 217,25
Kedd	ROZSOS KENYÉR 1SZELET, MINI MARGARIN, BÉCSI FELV. 4DKG, UBORKA FRISS, 1	GLUTÉNQ TEJQ TÁRKONYOS ZÖLDSÉGLEVES, LECSÓS SZELET GLUTÉNQ, PÁROLT RIZS /07, 9, 10	ROZSOS KENYÉR 1SZELET, JOGHURT, MINI MARGARIN, PARIZER 4DKG, RETEK/SZOC, 1,7							
Szerda	ROZSOS KENYÉR 1SZELET, KOCKA SAJT, MINI MARGARIN, Z. PAPIKA, 1,7	MAJGALUSKALEVES GLUTÉNQ /07, GLUTÉNQ, TEJQ VAGDALT PÁROLT /07, GluténQ LaktózQ kukoricafőzelék, SACH 3, 7, 10, edény	ROZSOS KENYÉR 1SZELET, KEFIR, UBORKA FRISS, 1,7							
Csütörtök	ROZSOS KENYÉR 1SZELET, MINI MARGARIN, SOPRONI 4DKG, PARADICSOM, 1	GLUTÉNQ LAKTÓZQ BROKKOLIKRÉMLEVES RIZSQ, Gluténq tepsis csirke egytál, KÁPOSZTA SALÁTA SACHARINOS, KUK KENYÉR LEVESBÉTÉ, 7, 10, edény	ROZSOS KENYÉR 1SZELET, MINI MARGARIN, LA. KA SAJT/I, UBORKA FRISS, 1,7							
Péntek	ROZSOS KENYÉR 1SZELET, MINI MARGARIN, PARIZER 4DKG, Z. PAPIKA, 1	GLUTÉNQ TEJQ TÁRK. S. RAGULEVES*, GLUTÉNQ KÁPOSZTÁS TÉSZTA/07, 10	TÖMLŐS SAJTKRÉM, ROZSOS KENYÉR 1SZELET, ZÖLDHAGYMA, 1,7							
Mindösszesen:					38,94	3,50	632,55	249,29	230,75	6 083,32

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!

3.6.3. Tömör étlap tápértékekkel ár nélkül

2025.11.17. hétfő - 2025.11.21. péntek

Diéta: 723AI GLUTÉNMENTES ALSÓS

Hét: 47	REGGELI - TIZORAI	EBÉD	UZS. - VACS.	VEDOETEL	Só	Cukor	Szénhidrát	Fehérje	Zsír	Kalória
Hétfő	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, MINI MARGARIN, ZALAFELV. 4DKG, UBORKA FRISS,	GLUTÉNQ ERŐLEVES , FÖTT SERTÉS GLUTÉNQ, PIRITOTT RIZSDARA, ALMA, LUTÉNQ LAKTÓZQ GYÜMÖLCSMÁRTÁS, 7,9,10	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, MINI MARGARIN, SAJT 4 DKG, PARADICSOM, 7		R: 1,80 E: 6,00 V: 1,60 Vé: Ö: 9,40	10,00	55,28 119,15 57,24	8,46 33,37 12,90	18,57 40,59 21,85	459,56 1 008,46 517,16
Kedd	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, JAM, JOGHURT, MINI MARGARIN, 7	GLUTÉNQ TEJQ TÁRKONYOS ZÖLDSÉGLEVES, LECSÓS SZELET GLUTÉNQ, PÁROLT RIZS, ALMA, 9,10	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, M'INI MARGARIN, PARIZER 4DKG, RETEK/SZOC,		R: 0,80 E: 7,50 V: 1,60 Vé: Ö: 9,90	11,80	75,80 92,78 54,60	8,62 34,12 6,58	17,81 25,69 17,89	541,31 761,16 446,96
Szerda	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, KOCKA SAJT, MINI MARGARIN, Z.PAPRIKA , 7	MAJGALUSKALEVES GLUTÉNQ, GLUTÉNQ, TEJQ VAGDALT PÁROLT, GluténQ LaktózQ kukoricafőzelék, ALMA, KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, 3,7,10	GLUTÉNQ TEJQ TOJASQ BURG.POG, KEFIR, 7		R: 0,92 E: 7,52 V: 1,00 Vé: Ö: 9,44	5,00	55,80 140,60 35,56	6,47 40,53 8,35	16,86 33,36 8,71	465,16 1 073,03 256,60
Csütörtök	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, MINI MARGARIN, SOPRONI 4DKG, PARADICSOM,	GLUTÉNQ LAKTÓZQ BROKKOLIKRÉMLEVES RIZSQ, Gluténq tepsis csirke egytál, KÁPOSZTA SALÁTA SZŐLŐCUK., ALMA, KUK KENYÉR LEVESBETÉT, 7,10	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, MINI MARGARIN, LAPKA SAJT/I, UBORKA FRISS, 7		R: 1,76 E: 10,50 V: 0,80 Vé: Ö: 13,06	8,00	56,68 95,46 55,74	7,66 41,01 4,35	20,41 24,64 13,09	502,48 805,07 395,19
Péntek	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, MINI MARGARIN, PARIZER 4DKG, Z.PAPRIKA ,	GLUTÉNQ TEJQ TÁRK. S.RAGULEVES*, GLUTÉNQ KÁPOSZTÁS TÉSZTA, BANÁN, 10	TÖMLÖS SAJTKRÉM, KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, ZÖLDHAGYMA, 7		R: 1,60 E: 4,00 V: 1,30 Vé: Ö: 6,90	8,00	55,80 141,37 65,45	7,06 22,97 5,97	17,89 23,44 12,41	454,96 894,09 397,16
Mindösszesen:					48,70	34,80	1 157,31	248,42	313,21	8 978,35

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!

3.6.3. Tömör étlap tápértékekkel ár nélkül

2025.11.17. hétfő - 2025.11.21. péntek

Diéta: 723FI GLUTÉNMENTES FELSŐS

Hét: 47	REGGELI - TIZORAI	EBÉD	Uzs. - Vacs.	VEDOETEL	Só	Cukor	Szénhidrát	Fehérje	Zsír	Kalória
Hétfő	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, MINI MARGARIN, ZALAFELV. 4DKG, UBORKA FRIS,	GLUTÉNQ ERŐLEVES, FŐTT SERTÉS GLUTÉNQ, PIRITOTT RIZSDARA, ALMA, LUTÉNQ LAKTÓZQ GYÜMÖLCSMÁRTÁS, 7,9,10	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, MINI MARGARIN, SAJT 4 DKG, PARADICSOM, 7		R: 1,80 E: 6,00 V: 1,60 Vé: 1,80 Ö: 9,40	10,00	55,28 119,15 57,24	8,46 33,37 12,90	18,57 40,59 21,85	459,56 1 008,46 517,16
Kedd	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, IAM, JOGHURT, MINI MARGARIN, 7	GLUTÉNQ TEJQ TARKONYOS ZÖLDSÉGLEVES, LECSÓS SZÉLET GLUTÉNQ, PÁROLT RIZS, ALMA, 9,10	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, MINI MARGARIN, PARIZER 4DKG, RETEK/SZOC,		R: 0,80 E: 7,50 V: 1,60 Vé: 1,60 Ö: 9,90	11,80	75,80 92,78 54,60	8,62 34,12 6,58	17,81 25,69 17,89	1 985,18 541,31 761,16 446,96
Szerda	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, KOCKA SAJT, MINI MARGARIN, Z.PAPRIKA, 7	MAJGALUSKALEVES GLUTÉNQ, GLUTÉNQ, TEJQ VAGDALT PÁROLT, GluténQ LaktózQ kukoricafőzelék, ALMA, KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, 3,7,10	GLUTÉNQ TEJQ TOJÁSQ BURG.POG, KEFIR, 7		R: 0,92 E: 7,52 V: 1,00 Vé: 1,00 Ö: 9,44	5,00	55,80 140,60 35,56	6,47 40,53 8,35	16,86 33,36 8,71	465,16 1 073,03 256,60
Csütörtök	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, MINI MARGARIN, SOPRONI 4DKG, PARADICSOM,	GLUTÉNQ LAKTÓZQ BROKKOLIKRÉMLEVES RIZSQ, Gluténq tepsis csirke egytál, KÁPOSZTA SALÁTA SZÓLÓCUK., ALMA, KUK KENYÉR LEVESBETÉT, 7,10	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, MINI MARGARIN, LAPKA SAJT/I, UBORKA FRIS, 7		R: 1,76 E: 10,50 V: 0,80 Vé: 0,80 Ö: 13,06	5,00	56,68 95,46 55,74	7,66 41,01 4,35	20,41 24,64 13,09	1 794,79 502,48 805,07 395,19
Péntek	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, MINI MARGARIN, PARIZER 4DKG, Z.PAPRIKA,	GLUTÉNQ TEJQ TARK. S.RAGULEVES*, GLUTÉNQ KÁPOSZTÁS TÉSZTA, BANÁN, 10	TÖMLŐS SAJTKRÉM, KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, ZÖLDHAGYMA, 7		R: 1,60 E: 4,00 V: 1,30 Vé: 1,30 Ö: 6,90	8,00	55,80 141,37 65,45	7,06 22,97 5,97	17,89 23,44 12,41	454,96 894,09 397,16
Mindösszesen:					48,70	34,80	1 157,31	248,42	313,21	8 978,35

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!

3.6.3. Tömör étlap tápértékekkel ár nélkül

2025.11.17. hétfő - 2025.11.21. péntek

Diéta: 7230 **GLUTÉNMENTES ÓVODÁS**

Hét: 47	REGGELI - TIZORAI	EBÉD	Uzs. - Vacs.	VEDOETEL	Só	Cukor	Szénhidrát	Fehérje	Zsír	Kalória
Hétfő	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, MINI MARGARIN, ZALAFELV. 4DKG, UBORKA FRISS,	GLUTÉNQ ERŐLEVES gluténmentes tával /07, FŐTT SERTÉS GLUTÉNQ /07, PIRITOTT RIZSDARA /07, ALMA, LUTÉNQ LAKTÓZQ GYÜMÖLCSMÁRTÁS, 7,9,10	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, MINI MARGARIN, SAJT 4 DKG, PARADICSOM, 7		R: 1,80 E: 4,20 V: 1,60 Vé: 7,60 Ö: 7,60	7,00	55,28 86,56 57,24 199,08	8,46 30,92 12,90 52,28	18,57 31,33 21,85 71,75	459,56 776,66 517,16 1 753,38
Kedd	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, JAM, JOGHURT, MINI MARGARIN, 7	GLUTÉNQ TEJQ TÁRKONYOS ZÖLDSÉGLEVES, LECSÓS SZELET GLUTÉNQ, PÁROLT RIZS /07, ALMA, 9,10	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, MINI MARGARIN, PARIZER 4DKG, RETEK/SZOC, 7		R: 0,80 E: 5,25 V: 1,60 Vé: 7,65 Ö: 7,65	11,80	75,80 68,48 54,60 198,88	8,62 31,55 6,58 46,75	17,81 20,90 17,89 56,60	541,31 606,03 446,96 1 594,30
Szerda	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, KOCKA SAJT, MINI MARGARIN, Z.PAPRIKA , 7	MAJGALUSKALEVES GLUTÉNQ /07, GLUTÉNQ, TEJQ VAGDALT PÁROLT /07, GluténQ LaktózQ kukoricafőzelék, ALMA, KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, 3,7,10	GLUTÉNQ TEJQ TOJÁSQ BURG.POG, KEFIR, 7		R: 0,92 E: 5,50 V: 1,00 Vé: 7,42 Ö: 7,42	3,50	55,80 117,95 35,56 209,31	6,47 28,93 8,35 43,75	16,86 24,98 8,71 50,55	465,16 849,27 256,60 1 571,03
Csütörtök	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, MINI MARGARIN, SOPRONI 4DKG, PARADICSOM,	GLUTÉNQ LAKTÓZQ BROKKOLIKRÉMLEVES RIZSQ, Gluténq tepsis csirke egytál, K. POSZTA SALÁTA SZÖLÖCUK., ALMA, KUK.KENYÉR LEVESBETÉT, 7,10	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, MINI MARGARIN, LAPKA SAJT/I, UBORKA FRISS, 7		R: 1,76 E: 9,15 V: 0,80 Vé: 11,71 Ö: 11,71	8,00	56,68 77,37 55,74 189,79	7,66 28,72 4,35 40,73	20,41 17,25 13,09 50,75	502,48 610,20 395,19 1 507,87
Péntek	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, MINI MARGARIN, PARIZER 4DKG, Z.PAPRIKA ,	GLUTÉNQ TEJQ TÁRK. S.RAGULEVES*, GLUTÉNQ KÁPOSZTÁS TÉSZTA, BANÁN, 10	TÖMLŐS SAJTKRÉM, KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, ZÖLDHAGYMA, 7		R: 1,60 E: 2,80 V: 1,30 Vé: 5,70 Ö: 5,70		55,80 113,48 65,45 234,73	7,06 16,86 5,97 29,89	17,89 16,40 12,41 46,70	454,96 687,66 397,16 1 539,78
Mindösszesen:					40,08	30,30	1 031,79	213,40	276,35	7 966,36

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!

3.6.3. Tömör étlap tápértékekkel ár nélkül

Diéta: 814HI MOGYORÓ-SZEZÁM-LENCSE-CSICSERIMENTES ISKOLÁS
2025.11.17. hétfő - 2025.11.21. péntek

Hét: 47	REGGELI - TIZORAI	EBÉD	UZS. - VACS.	VEDOETEL	Só	Cukor	Szénhidrát	Fehérje	Zsír	Kalória
Hétfő		GLUTÉNQ ERŐLEVES , FŐTT SERTÉS GLUTÉNQ, PIRITOTT RIZSDARA, ALMA, LUTÉNQ LAKTÓZQ GYÜMÖLCSMÁRTÁS, 7,9,10			R: E: V: Vé: Ö:	6,00	10,00	119,15	33,37	40,59 1 008,46
Kedd		GLUTÉNQ TEJQ TÁRKONYOS ZÖLDSÉGLEVES, LECSÓS SZELET GLUTÉNQ, PÁROLT RIZS, ALMA, 9,10			R: E: V: Vé: Ö:	6,00	10,00	119,15	33,37	40,59 1 008,46
Szerda		MAJGALUSKÁLEVES GLUTÉNQ, GLUTÉNQ, TEJQ VAGDALT PÁROLT, GluténQ LaktózQ kukoricafőzelék, ALMA, PUFFASZTOTT RIZS /2 szelet/, 3,7,10			R: E: V: Vé: Ö:	6,72	5,00	101,40	40,31	27,95 865,47
Csütörtök		GLUTÉNQ LAKTÓZQ BROKKOLIKRÉMLEVES RIZSQ, Gluténq tepsis csirke egytál, KÁPOSZTA SALÁTA SZÓLÓCUK., ALMA, 7,10			R: E: V: Vé: Ö:	6,72	5,00	101,40	40,31	27,95 865,47
Péntek		GLUTÉNQ TEJQ TÁRK. S.RAGULEVES*, GLUTÉNQ KÁPOSZTÁS TÉSZTA, BANÁN, 10			R: E: V: Vé: Ö:	7,50	8,00	87,01	40,98	24,64 770,77
Mindösszesen:						31,72	23,00	541,71	171,75	142,31 4 299,95

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!

3.6.3. Tömör étlap tápértékekkel ár nélkül

2025.11.17. hétfő - 2025.11.21. péntek

Diéta: 545721 200CH GLUTÉNMENTES ISKOLA

Hét: 47	REGGELI - TIZORAI	EBÉD	UZS. - VACS.	VEDOETEL	Só	CukorSzénhidrát	Fehérje	Zsír	Kalória
Hétfő	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, MINI MARGARIN, ZALAFELV. 4DKG, UBORKA FRISS,	GLUTÉNQ ERŐLEVES, FÖTT SERTÉS GLUTÉNQ, KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, GLUTÉNQ LAKTÓZQ KAPROS ZÖLDBABFŐZELÉK, 7,9,10	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, MINI MARGARIN, SAJT 4 DKG, PARADICSOM, 7		R: 1,80 E: 5,81 V: 1,60 Vé: Ö: 9,21	55,28 87,66 57,24	8,46 33,65 12,90	18,57 31,34 21,85	459,56 791,28 517,16
Kedd	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, MINI MARGARIN, BÉCSI FELV.4DKG, UBORKA FRISS,	GLUTÉNQ TEJQ TÁRKONYOS ZÖLDSÉGLEVES, LECS(S)S SZELET GLUTÉNQ, PÁROLT RIZS /07, 9,10	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, JOGHURT, MINI MARGARIN, PARIZER 4DKG, RETEK/SZOC, 7		R: 1,68 E: 6,60 V: 1,60 Vé: Ö: 9,88	55,28 61,36 63,80	7,42 31,96 13,38	19,81 23,29 25,09	469,36 600,80 579,11
Szerda	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, KOCKA SAJT, MINI MARGARIN, Z.PAPRIKA, 7	MAJGALUSKALÉVES GLUTÉNQ, GLUTÉNQ, TEJQ VAGDALT PÁROLT, GluténQ LaktózQ kukoricafőzelék sach., 3,7,10,edeniB	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, KEFIR, UBORKA FRISS, 7		R: 0,92 E: 6,72 V: 0,80 Vé: Ö: 8,44	55,80 70,51 64,48	6,47 38,71 9,02	16,86 27,95 12,61	465,16 725,87 416,06
Csütörtök	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, MINI MARGARIN, SOPRONI 4DKG, PARADICSOM,	GLUTÉNQ LAKTÓZQ BROKKOLIKRÉMLEVES RIZSQ, Gluténq tepsis csirke egytál, KÁPOSZTA SALÁTA SACHARINOS, KUK.KENYÉR _EVESBETÉT, 7,10,edeniB	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, MINI MARGARIN, LAJKA SAJT/I, UBORKA FRISS, 7		R: 1,76 E: 10,50 V: 0,80 Vé: Ö: 13,06	56,68 76,97 55,74	7,66 41,01 4,35	20,41 24,64 13,09	502,48 728,07 395,19
Péntek	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, MINI MARGARIN, PARIZER 4DKG, Z.PAPRIKA,	GLUTÉNQ TEJQ TÁRK. S.RAGULEVES*, GLUTÉNQ KÁPOSZTÁS TÉSZA, 10	TÖMLŐS SAJTKRÉM, KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, ZÖLDHAGYMA, 7		R: 1,60 E: 4,00 V: 1,30 Vé: Ö: 6,90	55,80 92,97 65,45	7,06 20,37 5,97	17,89 23,44 12,41	454,96 688,09 397,16
Mindösszesen:					47,49	975,02	248,39	309,25	8 190,31

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!

3.6.3. Tömör étlap tápértékekkel és nélkül

2025.11.17. hétfő - 2025.11.21. péntek

Diéta: 723280 GLUTÉNQ,TEJQ,HÚSMENTES

Hét:47	REGGELI - TIZORAI	EBÉD	UZS. - VACS.	VEDOETEL	Só	Cukor	Szénhidrát	Fehérje	Zsír	Kalória
Hétfő		GLUTÉNQ ERŐLEVES glutén tésztaval /07, ALMA, KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, ZÖLDBABFŐZ.RIZSLISZTES,TEJMENTES /07, 9,10			R: E: 2,21 V: Vé: Ö: 2,21		87,80	6,01	14,58	526,36
Kedd		GLUTÉNQ TEJQ TARKONYOS ZÖLD ÉGLEVES, LECSÓ FRISS, TÖRT BURGONYA /07, ALMA, 9,10			R: E: 4,15 V: Vé: Ö: 4,15		87,80	6,01	14,58	526,36
Szerda		ZÖLDSÉGLVES LISZT-TÉSZTA-DELQ, GluténQ TejQ kukoricafőzelék, ALMA, KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, 9,10			R: E: 4,40 V: Vé: Ö: 4,40	3,50	114,09	9,25	6,44	585,80
Csütörtök		GLUTÉNQ TEJQ BROKKOLIKRÉMLEVES, PÁROLT ZÖLDKÖRET(brokkoli,répa,kukorica), TÖRT BURGONYA /1/2 adag, ALMA, KUK.KENYÉR LEVESBETÉT, 10			R: E: 6,05 V: Vé: Ö: 6,05		66,94	12,00	7,74	400,95
Péntek		ZÖLDSÉGLVES LISZT-TÉSZTA-DELQ, GLUTÉNQ KÁPOSZTÁS TÉSZTA, BANÁN, 9,10			R: E: 2,45 V: Vé: Ö: 2,45		116,58	6,77	10,34	605,07
Mindösszesen:					19,26	3,50	451,16	40,71	46,79	2 500,33

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!

3.6.3. Tömör étlap tápértékekkel ár nélkül

2025.11.17. hétfő - 2025.11.21. péntek

Diéta: 72381AI Glutén-tejfehérjeQ isk.

Hét:47	REGGELI - TIZORAI	EBÉD	UZS. - VACS.	VEDOETEL	Só	Cukor	Szénhidrát	Fehérje	Zsír	Kalória
Hétfő		GLUTÉNQ ERŐLEVES , FŐTT SERTÉS GLUTÉNQ, PIRITOTT RIZSDARA, ALMA, gluténq tejq gyümölcsm.szőlőcukorral, 9,10			R: E: 5,00 V: Vé: Ö: 5,00	10,00	118,18	32,37	35,79	956,56
Kedd		GLUTÉNQ TEJQ TÁRKONYOS ZÖLDSÉGLEVES, LECSÓS SZELET GLUTÉNQ, PÁROLT RIZS, ALMA, 9,10			R: E: 7,50 V: Vé: Ö: 7,50	10,00	118,18	32,37	35,79	956,56
Szerda		MAJGALUSKALEVES GLUTÉNQ, GLUTÉNQ, TEJQ VAGDALT PÁROLT, GluténQ TejQ kukoricafőzelék, ALMA, KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, 3,10			R: E: 7,52 V: Vé: Ö: 7,52	5,00	92,78	34,12	25,69	761,16
Csütörtök		GLUTÉNQ TEJQ BROKKOLIKRÉMLEVES, Gluténq tepsis csirke egytál, KÁPOSZTA SALÁTA SZŐLŐCUK., ALMA, KUK.KENYÉR LEVESBETÉT, 10			R: E: 10,50 V: Vé: Ö: 10,50	5,00	140,12	40,03	28,97	1 028,58
Péntek		GLUTÉNQ TEJQ TÁRK. S.RAGULEVES*, GLUTÉNQ KÁPOSZTÁS TÉSZTA, BANÁN, 10			R: E: 4,00 V: Vé: Ö: 4,00	8,00	94,49	40,01	19,24	747,77
Mindösszesen:					34,52	23,00	586,94	169,50	133,13	4 388,16

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!

3.6.3. Tömör étlap tápértékekkel ár nélkül

2025.11.17. hétfő - 2025.11.21. péntek

Diéta: 72381I GLUTÉN-LAKTÓZMENTES ISKOLA

Hét:47	REGGELI - TIZORAI	EBÉD	UZS. - VACS.	VEDOETEL	Só	Cukor	Szénhidrát	Fehérje	Zsír	Kalória
Hétfő		GLUTÉNQ ERŐLEVES , FŐTT SERTÉS GLUTÉNQ, PIRITOTT RIZSDARA, ALMA, LUTÉNQ LAKTÓZQ GYÜMÖLCSMÁRTÁS, 7,9,10			R: E: 6,00 V: Vé: Ö: 6,00	10,00	119,15	33,37	40,59	1 008,46
Kedd		GLUTÉNQ TEJQ TÁRKONYOS ZÖLDSÉGLEVES, LECSÓS SZELET GLUTÉNQ, PÁROLT RIZS, ALMA, 9,10			R: E: 7,50 V: Vé: Ö: 7,50		92,78	34,12	25,69	761,16
Szerda		MÁJGALUSKALEVES GLUTÉNQ, GLUTÉNQ, TEJQ VAGDALT PÁROLT, GluténQ LaktózQ kukoricafőzelék, ALMA, KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, 3,7,10			R: E: 7,52 V: Vé: Ö: 7,52	5,00	140,60	40,53	33,36	1 073,03
Csütörtök		GLUTÉNQ LAKTÓZQ BROKKOLIKRÉMLEVES RIZSQ, Gluténq tepsis csirke egytál, KÁPOSZTA SALÁTA SZŐLŐCUK., ALMA, KUK KENYÉR LEVESBETÉT, 7,10			R: E: 10,50 V: Vé: Ö: 10,50	8,00	95,46	41,01	24,64	805,07
Péntek		GLUTÉNQ TEJQ TÁRK. S.RAGULEVES*, GLUTÉNQ KÁPOSZTÁS TÉSZTA, BANÁN, 10			R: E: 4,00 V: Vé: Ö: 4,00		141,37	22,97	23,44	894,09
Mindösszesen:					35,52	23,00	589,36	172,00	147,72	4 541,81

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!

3.6.3. Tömör étlap tápértékekkel ár nélkül

2025.11.17. hétfő - 2025.11.21. péntek

Diéta: 72381LB Glutén-laktózmentes bölcis

Hét:47	REGGELI - TIZORAI	EBÉD	UZS. - VACS.	VEDOETEL	Só	Cukor	Szénhidrát	Fehérje	Zsír	Kalória
Hétfő	KUK.KENYÉR TEJQ/szelet, MINI MARGARIN, ZALAFELV. 4DKG, UBORKA FRISS, LAKTÓZ Q JOGHURT, 7	GLUTÉNQ ERŐLEVES glutQtésztával /07, FŐTT SERTÉS GLUTÉNQ /07, PIRITOTT RIZSDARA /07, ALMA, LUTÉNQ LAKTÓZQ GYÜMÖLCSMÁRTÁS, 7,9,10	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, MINI MARGARIN, PARADICSOM, LAKTÓZ Q SAJT 3 DKG, 7		R: 2,60 E: 4,20 V: 1,40 Vé: Ö: 8,20	7,00	118,88 86,56 56,60	17,08 30,92 10,13	31,18 31,33 19,04	873,72 776,66 480,16
Kedd	KUK.KENYÉR TEJQ/szelet, JAM, MINI MARGARIN BÉCSI FELV.4DKG, LAKTÓZ Q JOGHURT, 7	GLUTÉNQ TEJQ TÁRKONYOS ZÖLDSÉGLEVES, LECSÓS SZELET GLUTÉNQ, PÁROLT RIZS /07, ALMA, 9,10	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, MINI MARGARIN, PARIZER 4DKG, RETEK/SZOC,		R: 2,48 E: 5,25 V: 1,60 Vé: Ö: 9,33	11,80	130,20 68,48 54,60	15,64 31,55 6,58	37,62 20,90 17,89	1 006,12 606,03 446,96
Szerda	KUK.KENYÉR TEJQ/szelet, MINI MARGARIN 2DB, ZALAFELV. 4DKG, Z.PAPRIKA , LAKTÓZQ KOCKASAJT, 7	MAJGALUSKALEVES GLUTÉNQ /07, GLUTÉNQ, TEJQ VAGDALT PÁROLT /07, GluténQ LaktózQ kukoricafőzelék, ALMA, KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, 3,7,10	GLUTÉNQ TEJQ TOJÁSQ BURG.POG, LAKTÓZ Q JOGHURT, 7		R: 2,72 E: 5,50 V: 1,00 Vé: Ö: 9,22	3,50	110,40 117,95 35,36	14,53 28,93 8,35	35,43 24,98 8,71	920,32 849,27 259,10
Csütörtök	KUK.KENYÉR TEJQ/szelet, MINI MARGARIN 2DB, SOPRONI 4DKG, PARADICSOM, LAKT, 7	GLUTÉNQ LAKTÓZQ BROKKOLIKRÉMLEVES RIZSQ, Gluténq tepsis csirke egytál, KÁPOSZTA SALÁTA SZŐLŐCUK., ALMA, KUK KENYÉR LEVESBETÉT, 7,10	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, MINI MARGARIN, UBORKA FRISS, LAKTÓZQ KOCKASAJT, 7		R: 3,36 E: 9,15 V: 0,92 Vé: Ö: 13,43	8,00	111,28 77,37 35,28	20,56 28,72 6,39	42,26 17,25 16,86	1 008,64 610,20 461,56
Péntek	KUK.KENYÉR TEJQ/szelet, MINI MARGARIN, PARIZER 4DKG, Z.PAPRIKA , LAKTÓZ Q JOGHURT, 7	GLUTÉNQ TEJQ TÁRK. S.RAGULEVES*, GLUTÉNQ KÁPOSZTÁS TÉSZTA, BANÁN, 10	KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, MINI MARGARIN, ZÖLDHAGYMA, LAKTÓZQ KOCKASAJT, 7		R: 2,40 E: 2,80 V: 0,92 Vé: Ö: 6,12		119,40 113,48 62,60	15,68 16,86 5,99	30,50 16,40 16,86	869,12 687,66 481,16
Mindösszesen:					46,30	30,30	1 318,44	257,91	367,21	10 336,68

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!

3.6.3. Tömör étlap tápértékekkel ár nélkül

2025.11.17. hétfő - 2025.11.21. péntek

Diéta: 72394FI GLUTÉN- FRUKTÓZMENTES FELSŐS

Hét: 47	REGGELI - TIZORAI	EBÉD	UZS. - VACS.	VEDOETEL	Só	Cukor	Szénhidrát	Fehérje	Zsír	Kalória
Hétfő		GLUTÉNQ ERŐLEVES , FŐTT SERTÉS GLUTÉNQ, KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, GLUTÉNQ LAKTÓZQ KAPROS ZÖLDBABFŐZELÉK, 7,10,9			R: E: 5,81 V: Vé: Ö: 5,81		87,66	33,65	31,34	791,28
Kedd		GLUTÉNQ TEJQ TÁRKONYOS ZÖLDSÉGLEVES, LECSÓS SZELET GLUTÉNQ, PÁROLT RIZS, 9,10			R: E: 7,50 V: Vé: Ö: 7,50		82,28	34,12	25,69	716,16
Szerda		MAJGALUSKALEVES GLUTÉNQ, GLUTÉNQ, TEJQ VAGDALT PÁROLT, GluténQ LaktózQ kukoricafőzelék, KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, 3,7,10			R: E: 7,52 V: Vé: Ö: 7,52		130,10	40,53	33,36	1 028,03
Csütörtök		GLUTÉNQ LAKTÓZQ BROKKOLIKRÉMLEVES RIZSQ, Gluténq tepsis csirke egytál, KÁPOSZTA SALÁTA SZŐLÓCUK., KUK KENYÉR LEVESBETÉT, 7,10			R: E: 10,50 V: Vé: Ö: 10,50		84,96	41,01	24,64	760,07
Péntek		GLUTÉNQ TEJQ TÁRK. S.RAGULEVES*, GLUTÉNQ KÁPOSZTÁS TÉSZA, 10			R: E: 4,00 V: Vé: Ö: 4,00		92,97	20,37	23,44	688,09
Mindösszesen:						35,33	13,00	477,97	169,68	138,47 3 983,63

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!

Mindösszesen:

3.6.3. Tömör étlap tápértékekkel ár nélkül

2025.11.17. hétfő - 2025.11.21. péntek

Diéta: 72395FI GLUTÉN-TEJ-TOJÁSMENTES FELSŐS

Hét: 47	REGGELI - TIZORAI	EBÉD	Uzs. - Vacs.	VEDOETEL	Só	Cukor	Szénhidrát	Fehérje	Zsír	Kalória
Hétfő		GLUTÉNQ ERŐLEVES*, FŐTT SERTÉS GLUTÉNQ, PIRITOTT RIZSDARA, ALMA, gluténq tejq gyümölcsm.szőlőcukorral, 9,10			R: E: 5,00 V: Vé: Ö: 5,00	10,00	118,18	32,37	35,79	956,56
Kedd		GLUTÉNQ TEJQ TÁRKONYOS ZÖLDSÉGLEVES, LECSÓS SZELET GLUTÉNQ, PÁROLT RIZS, ALMA, 9,10			R: E: 7,50 V: Vé: Ö: 7,50		92,78	34,12	25,69	761,16
Szerda		ZELLÉRLEVES GLUTÉN Q, GLUTÉNQ SERTÉSSÜLT, GluténQ TejQ kukoricafőzelék, ALMA, KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, 9,10			R: E: 7,30 V: Vé: Ö: 7,30		92,78	34,12	25,69	761,16
Csütörtök		GLUTÉNQ TEJQ BROKKOLIKRÉMLEVES, Gluténq tepsis csirke egytál, KÁPOSZTA SALÁTA SZŐLŐCUK., ALMA, KUK.KENYÉR LEVESBETÉT, 10			R: E: 10,50 V: Vé: Ö: 10,50		94,49	40,01	19,24	747,77
Péntek		GLUTÉNQ TEJQ TÁRK. S.RAGULEVES*, GLUTÉNQ KÁPOSZTÁS TÉSZTA, BANÁN, 10			R: E: 4,00 V: Vé: Ö: 4,00		141,37	22,97	23,44	894,09
Mindösszesen:						34,30	23,00	579,23	167,42	126,35 4 287,71

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!

3.6.3. Tömör étlap tápértékekkel ár nélkül

2025.11.17. hétfő - 2025.11.21. péntek

Diéta: 723970 GLUTÉN-TEJ-TOJÁSQ ÓVODÁS

Hét:47	REGGELI - TIZORAI	EBÉD	UZS. - VACS.	VEDOETEL	Só	Cukor	Szénhidrát	Fehérje	Zsír	Kalória
Hétfő	KUK.KENYÉR TEJQ/szelet, MINI MARGARIN, ZALAFELV. 4DKG, UBORKA FRISS,	GLUTÉNQ ERŐLEVES , FŐTT SERTÉS GLUTÉNQ, PIRITOTT RIZSDARA, ALMA, gluténq tejq gyümölcsm.szőlőcukorral, 9,10	KUK.KENYÉR TEJQ/szelet, MINI MARGARIN, PULYKASONKA 4DKG, PARADICSOM, 6		R: 2,60 E: 5,00 V: 2,60 Vé: Ö: 10,20	7,00	109,88 103,59 111,20 324,67	10,28 31,95 13,28 55,51	23,98 35,75 17,42 77,15	741,72 892,01 703,72 2 337,45
Kedd	KUK.KENYÉR TEJQ/szelet, JAM, MINI MARGARIN,	GLUTÉNQ TEJQ TÁRKONYOS ZÖLDSÉGLEVES, LECSÓS SZELET GLUTÉNQ, PÁROLT RIZS /07, ALMA, 9,10	KUK.KENYÉR TEJQ/szelet, MINI MARGARIN, PARIZER 4DKG, RETEK/SZOC,		R: 1,60 E: 5,25 V: 2,40 Vé: Ö: 9,25	11,80	121,20 68,48 109,20 298,88	3,64 31,55 8,40 43,59	16,02 20,90 23,30 60,22	691,32 606,03 729,12 2 026,47
Szerda	KUK.KENYÉR TEJQ/szelet, MINI MARGARIN, ZALAFELV. 4DKG, Z.PAPRIKA ,	ZELLERLEVES GLUTÉN Q, GLUTÉNQ SERTÉSSÜLT, GluténQ TejQ kukoricafőzelék, ALMA, KUK.KENYÉR TEJQ 1 szelet, 9,10	GLUTÉNQ TEJQ TOJÁSQ BURG.POG, ALMA,		R: 2,60 E: 6,40 V: 1,00 Vé: Ö: 10,00	3,50	110,40 114,41 36,86 261,67	10,36 34,97 1,55 46,88	23,98 22,17 1,51 47,66	745,32 835,21 172,10 1 752,63
Csütörtök	KUK.KENYÉR TEJQ/szelet, MINI MARGARIN, SOPRONI 4DKG, PARADICSOM,	GLUTÉNQ TEJQ BROKKOLIKRÉMLEVES, Gluténq tepsis csirke egytál, KÁPOSZTA SALÁTA SZŐLŐCUK., ALMA, KUK.KENYÉR LEVESBETÉT, 10	KUK.KENYÉR TEJQ/szelet, MINI MARGARIN, PULYKASONKA 4DKG, UBORKA FRISS, 6		R: 2,56 E: 6,36 V: 2,60 Vé: Ö: 11,52	8,00	111,28 74,16 109,88 295,32	9,48 28,01 13,68 51,17	25,82 13,47 17,42 56,71	784,64 559,80 697,12 2 041,56
Péntek	KUK.KENYÉR TEJQ/szelet, MINI MARGARIN, PARIZER 4DKG, Z.PAPRIKA ,	GLUTÉNQ TEJQ TÁRK. S.RÁGULEVES*, GLUTÉNQ KÁPOSZTÁS TÉSZTA, BANÁN, 10	KUK.KENYÉR TEJQ/szelet, MINI MARGARIN, ZÖLDHAGYMA, GOMBÁS FELV.4 DKG,		R: 2,40 E: 4,00 V: 2,48 Vé: Ö: 8,88		110,40 141,37 117,20 368,97	8,88 22,97 8,36 40,21	23,30 23,44 23,14 69,88	737,12 894,09 1 029,12 2 660,33
Mindösszesen:					49,85	30,30	1 549,51	237,36	311,62	10 818,44

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!

3.6.3. Tömör étlap tápértékekkel ár nélkül

2025.11.17. hétfő - 2025.11.21. péntek

Diéta: 81496AI TEJ-OLAJOSMAGMENTES ALSÓS

Hét: 47	REGGELI - TIZORAI	EBÉD	Uzs. - Vacs.	VEDOETEL	Só	Cukor	Szénhidrát	Fehérje	Zsír	Kalória
Hétfő		GLUTÉNQ ERŐLEVES , FŐTT SERTÉS GLUTÉNQ, PIRITOTT RIZSDARA, ALMA, gluténq tejq gyümölcsm.szőlőcukorral, 9,10			R: E: 5,00 V: Vé: Ö: 5,00	10,00	118,18	32,37	35,79	956,56
Kedd		GLUTÉNQ TEJQ TÁRKONYOS ZÖLDSÉGLEVES, LECSÓS SZELET GLUTÉNQ, PÁROLT RIZS, ALMA, 9,10			R: E: 7,50 V: Vé: Ö: 7,50		92,78	34,12	25,69	761,16
Szerda		MÁJGALUSKALEVES GLUTÉNQ, GLUTÉNQ, TEJQ VAGDALT PÁROLT, GluténQ TejQ kukoricafőzelék, ALMA, PUFFASZTOTT RIZS /2 szelet/, 3,10			R: E: 6,72 V: Vé: Ö: 6,72	5,00	100,92	39,81	23,56	821,02
Csütörtök		GLUTÉNQ TEJQ BROKKOLIKRÉMLEVES, Gluténq tepsis csirke egytál, KÁPOSZTA SALÁTA SZŐLŐCUK., ALMA, K.K KENYÉR LEVESBETÉT, 10			R: E: 10,50 V: Vé: Ö: 10,50	8,00	94,49	40,01	19,24	747,77
Péntek		GLUTÉNQ TEJQ TÁRK. S.RAGULEVES*, GLUTÉNQ KÁPOSZTÁS TÉSZTA, BANÁN, 10			R: E: 4,00 V: Vé: Ö: 4,00		141,37	22,97	23,44	894,09
Mindösszesen:					33,72	23,00	547,74	169,28	127,72	4 180,60

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!

3.6.3. Tömör étlap tápértékekkel ár nélkül

2025.11.17. hétfő - 2025.11.21. péntek

Diéta: 95491AI Tej-tojás-mogyi-paradióQ iskolás

Hét: 47	REGGELI - TIZORAI	EBÉD	UZS. - VACS.	VEDOETEL	Só	Cukor	Szénhidrát	Fehérje	Zsír	Kalória
Hétfő		GLUTÉNQ ERŐLEVES , FŐTT SERTÉS GLUTÉNQ, PIRITOTT RIZSDARA, ALMA, gluténq tejq gyümölcsm.szőlőcukorral, 9,10			R: E: 5,00 V: 10,00 Vé: Ö: 118,18	32,37	35,79	956,56		
Kedd		GLUTÉNQ TEJQ TÁRKONYOS ZÖLDSÉGLEVES, LECSÓS SZELET GLUTÉNQ, PÁROLT RIZS, ALMA, 9,10			R: E: 7,50 V: 92,78 Vé: Ö: 34,12	25,69	761,16			
Szerda		ZELLERLEVES GLUTÉN Q, GLUTÉNQ SERTÉSSÜLT, GluténQ TejQ kukoricafőzelék, ALMA, PUFFASZTOTT RIZS /2 szelet/, 9,10			R: E: 6,50 V: 5,00 Vé: Ö: 93,21	37,73	16,78	720,57		
Csütörtök		GLUTÉNQ TEJQ BROKKOLIKRÉMLEVES, Gluténq tepsis csirke egytál, KÁPOSZTA SALÁTA SZŐLŐCUK., ALMA, KUK KENYÉR LEVESBETÉT, 10			R: E: 10,50 V: 8,00 Vé: Ö: 94,49	40,01	19,24	747,77		
Péntek		GLUTÉNQ TEJQ TÁRK. S.RAGULEVES*, GLUTÉNQ KÁPOSZTÁS TÉSZTA, BANÁN, 10			R: E: 4,00 V: 141,37 Vé: Ö: 22,97	23,44	894,09			
Mindösszesen:					33,50	23,00	540,03	167,20	120,94	4 080,15

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!

3.6.3. Tömör étlap tápértékekkel ár nélkül

2025.11.17. hétfő - 2025.11.21. péntek

Diéta: 954910* TEJ-SZÓJA-PARADICSOM-OLAJOSMAG-FRUKTÓZMENTES

Hét: 47	REGGELI - TIZORAI	EBÉD	Uzs. - Vacs.	VEDOETEL	Só	Cukor	Szénhidrát	Fehérje	Zsír	Kalória
Hétfő		GLUTÉNQ ERŐLEVES glutQtésztával /07, FŐTT SERTÉS GLUTÉNQ /07, GLUTÉNQ TEJQ KAPROS ZÖLDBABFŐZELÉK, PUFFASZTOTT RIZS /2 szelet/, 9,10			R: E: 3,51 V: Vé: Ö: 3,51		38,10	30,99	18,89	464,60
Kedd		GLUTÉNQ TEJQ TÁRKONYOS ZÖLDSÉGLEVES, NATÚR SZELET RIZSLISZTTTEL /07, PÁROLT RIZS, SAV.UBORKA/VÖDRÖS/, 9,10,12, edent			R: E: 8,40 V: Vé: Ö: 8,40		79,09	34,18	25,09	696,30
Szerda		MÁJGALUSKALEVES GLUTÉNQ /07, GLUTÉNQ, TEJQ VAGDALT PÁROLT /07, GluténQ TejQ kukoricafőzelék, PUFFASZTOTT RIZS /2 szelet/, 3,10			R: E: 5,60 V: Vé: Ö: 5,60	5,00	85,91	31,34	16,51	658,51
Csütörtök		GLUTÉNQ TEJQ BROKKOLIKRÉMLEVES, Gluténq tepsis csirke egytál, KÁPOSZTA SALÁTA SZÖLŐCUK., KUK KENYÉR LEVESBETÉT, 10			R: E: 10,50 V: Vé: Ö: 10,50	8,00	83,99	40,01	19,24	702,77
Péntek		GLUTÉNQ TEJQ TÁRK. S.RAGULEVES*, GLUTÉNQ KÁPOSZTÁS TÉSZTA, 10			R: E: 2,80 V: Vé: Ö: 2,80		65,08	14,26	16,40	481,66
Mindösszesen:						30,81	13,00	352,17	150,78	96,13 3 003,84

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!

3.6.3. Tömör étlap tápértékekkel ár nélkül

2025.11.17. hétfő - 2025.11.21. péntek

Diéta: 97491AI OLAJOSMAG-SZÓJA-KÓKUSZ-FRUKTÓZMENTES ALSÓS

Hét: 47	REGGELI - TIZORAI	EBÉD	UZS. - VACS.	VEDOETEL	Só	Cukor	Szénhidrát	Fehérje	Zsír	Kalória
Hétfő		GLUTÉNQ ERŐLEVES , FÖTT SERTÉS GLUTÉNQ, GLUTÉNQ LAKTÓZQ KAPROS ZÖLDBABFŐZELÉK, PUFFASZTOTT RIZS /2 szelet/, 917,10			R: E: 5,01 V: Vé: Ö: 5,01		48,46	33,43	25,93	583,72
Kedd		GLUTÉNQ TEJQ TÁRKONYOS ZÖLDSÉGLEVES, LECSÓS SZELET GLUTÉNQ, PÁROLT RIZS, 9,10			R: E: 7,50 V: Vé: Ö: 7,50		82,28	34,12	25,69	716,16
Szerda		MÁJGALUSKALEVES GLUTÉNQ, GLUTÉNQ, TEJQ VAGDALT PÁROLT, GluténQ LaktózQ kukoricafőzelék, PUFFASZTOTT RIZS /2 szelet/, 317,10			R: E: 6,72 V: Vé: Ö: 6,72	5,00	90,90	40,31	27,95	820,47
Csütörtök		GLUTÉNQ LAKTÓZQ BROKKOLIKRÉMLEVES RIZSQ, Gluténq tepsis csirke egytál, KÁPOSZTA SALÁTA SZÓLÓCUK., KUK KENYÉR LEVESBETÉT, 7,10			R: E: 10,50 V: Vé: Ö: 10,50	8,00	84,96	41,01	24,64	760,07
Péntek		GLUTÉNQ TEJQ TÁRK. S.RAGULEVES*, GLUTÉNQ KÁPOSZTÁS TÉSZTA, 10			R: E: 4,00 V: Vé: Ö: 4,00		92,97	20,37	23,44	688,09
Mindösszesen:					33,73	13,00	399,57	169,24	127,65	3 568,51

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!