

2024.04.08 Hétfő	Ebéd A	Lebbencsleves*09; 01; 03; Jódozott só;Ételízesítő sómentes;Étolaj;csemege paprika;petrezselyem zöld;zeller zöld;őrölt bors;lecsó;Lebbencs 4 tojásos *;Tisztított burgonya;Gyökér tisztított;Sárgarépa tisztított;Tisztított Piritott cs.mellfilé* Jódozott só;Fűszerkeverékek;Étolaj;Fokhagyma;Őrölt bors;Csirkemell filé; Párolt rizs*09; 01; Étolaj;Ételízesítő sómentes;őrölt bors;Rizs /hántolt " B";Jódozott só; Párolt zöldség keverék* Vok zöldség keverék /fagy./;Delma light margarin;Jódozott só; Nápolyi szelet*01; 07; 03; Nápolyi szelet;
------------------	--------	---

Energia: 1993.7 kcal; Fehérje: 52.6 g; Zsír: 141.4 g; Tel.zsír: 11.9 g; Szénhidrat: 126.5 g;Só: 4.8 g;Cukor: 3.8 g; Kalcium: 0.0 g;

	Ebéd B	Lebbencsleves*09; 01; 03; Jódozott só;Ételízesítő sómentes;Étolaj;csemege paprika;petrezselyem zöld;zeller zöld;őrölt bors;lecsó;Lebbencs 4 tojásos *;Tisztított burgonya;Gyökér tisztított;Sárgarépa tisztított;Tisztított Kolozsvári rakott káposzta*07; 12; 15; Étolaj;sertés lapocka;Füstölt szalonna;Tejföl kannában;Rizs;csemege paprika;őrölt bors;Jódozott só;fokhagyma;füstölt kolbász;savanyú káposzta;Tisztított vöröshagyma; Nápolyi szelet*01; 07; 03; Nápolyi szelet;
--	--------	--

Energia: 1136.7 kcal; Fehérje: 30.4 g; Zsír: 77.5 g; Tel.zsír: 15.2 g; Szénhidrat: 79.8 g;Só: 5.7 g;Cukor: 9.6 g; Kalcium: 0.0 g;

	Ebéd C	Lebbencsleves*09; 01; 03; Jódozott só;Ételízesítő sómentes;Étolaj;csemege paprika;petrezselyem zöld;zeller zöld;őrölt bors;lecsó;Lebbencs 4 tojásos *;Tisztított burgonya;Gyökér tisztított;Sárgarépa tisztított;Tisztított Eszterházy sertésszelet*01; 07; 10; Jódozott só;Étolaj;Finomliszt;babérlevél;vöröshagyma;kristálycukor;Citromlé;sárgarépa;gyökér;őrölt bors;Tejföl kannában;mustár;Sertés comb; Főtt masni tészta* Masni tészta 4 tojásos *; Nápolyi szelet*01; 07; 03; Nápolyi szelet;
--	--------	---

Energia: 1071.4 kcal; Fehérje: 42.2 g; Zsír: 44.4 g; Tel.zsír: 8.4 g; Szénhidrat: 124.9 g;Só: 4.6 g;Cukor: 8.7 g; Kalcium: 0.0 g;

2024.04.09 Kedd	Ebéd A	Tavaszi zöldségleves eperlevéllel*09; 01; 03; Étolaj;Ételízesítő sómentes;petrezselyem zöld;őrölt bors;karfiol;zöldborsó;Jódozott só;Sárgarépa tisztított;Gyökér tisztított;Karalábé/tisztított;Zeller /tisztított;Karfiol /mir.;Eperlevél 4 tojásos *; Csikós tokány*07; Füstölt szalonna;Étolaj;csemege paprika;Jódozott só;sertés lapocka;őrölt bors;Tejföl kannában 12%-os.;Tisztított vöröshagyma; Rövidcső tészta*01; Jódozott só;Étolaj;Rövidcső tészta 4 tojásos *;
-----------------	--------	--

2024.04.09 Kedd		Vegyesvágott savanyúság Vágott vegyes savanyúság; *15;
Energia: 1062.9 kcal; Fehérje: 39.4 g; Zsír: 59.1 g; Tel.zsír: 10.9 g; Szénhidrat: 92.4 g; Só: 1.4 g;Cukor: 3.9 g; Kalcium: 0.0 g;		
Ebéd B	Tavaszi zöldségleves eperlevéllel Étolaj;Ételizésítő sómentes;petrezselyem zöld;őrölt bors;karfiol;zöldborsó;Jódozott só;Sárgarépa tisztított;Gyökér tisztított;Karatlábé/tisztított;Zeller /tisztított;Karfiol /mir.;Eperlevél 4 tojásos *; *09; 01; 03;	
	Lecsós csirkecomb Étolaj;lecsó;csemege paprika;Jódozott só;Ételizésítő sómentes;őrölt bors;kristálycukor;csirkecomb; *09; 01;	
	Párolt rizs Étolaj;Ételizésítő sómentes;őrölt bors;Rizs /hántolt " B";Jódozott só; *09; 01;	
	Müzli szelet Müzli szelet 20g-os *; *05; 08;	

Energia: 1865.0 kcal; Fehérje: 62.9 g; Zsír: 130.8 g; Tel.zsír: 11.1 g; Szénhidrat: 109.3 g; Só: 3.0 g;Cukor: 10.6 g; Kalcium: 0.0 g;		
Ebéd C	Tavaszi zöldségleves eperlevéllel Étolaj;Ételizésítő sómentes;petrezselyem zöld;őrölt bors;karfiol;zöldborsó;Jódozott só;Sárgarépa tisztított;Gyökér tisztított;Karatlábé/tisztított;Zeller /tisztított;Karfiol /mir.;Eperlevél 4 tojásos *; *09; 01; 03;	
	Tilápia halfilé rántva Finomliszt;Zsemlemorzsa;Jódozott só;tojás;Alaszkai tőkehalfilé; *01; 03; 04;	
	Petrezselymes burgonya Étolaj;petrezselyem zöld;Tisztított burgonya;Jódozott só; *	
	Vegyesvágott savanyúság Vágott vegyes savanyúság; *15;	
Energia: 853.5 kcal; Fehérje: 18.0 g; Zsír: 16.6 g; Tel.zsír: 2.4 g; Szénhidrat: 149.4 g; Só: 2.9 g;Cukor: 9.4 g; Kalcium: 0.0 g;		

2024.04.10 Szerda	Ebéd A	Sárgaborsó krémleves Sárgaborsó;Fokhagyma;Só;Őrölt bors;Petrezselyem zöld;Tejszín kannában *; *07;
		Levesgyöngy levesgyöngy; *01; 07; 03;
		Paparikás burg. füst.csülökkel Étolaj;csemege paprika;Jódozott só;Lecsó natúr /konzerv;/Tisztított burgonya;Tisztított vöröshagyma;Füstölt csülök; *
		Fejeskáposzta-saláta fejes káposzta;kristálycukor;Jódozott só;Ecet 10%-os; *
Energia: 1166.8 kcal; Fehérje: 46.6 g; Zsír: 65.3 g; Tel.zsír: 3.5 g; Szénhidrat: 97.9 g; Só: 1.3 g;Cukor: 10.7 g; Kalcium: 0.0 g;		

Ebéd B	Sárgaborsó krémleves Sárgaborsó;Fokhagyma;Só;Őrölt bors;Petrezselyem zöld;Tejszín kannában *; *07;	
	Levesgyöngy levesgyöngy; *01; 07; 03;	
	Bakonyi csirkemellfilé Füstölt szalonna;csemege paprika;őrölt bors;Jódozott só;Étolaj;Tejföl kannában 12%-os *;Finomliszt /BL 55/ *;Tisztított vöröshagyma;Gomba /friss;/Csirkemell filé; *07; 01;	

2024.04.10 Szerda	Galuska	*03; 01;
	Étolaj;tojás;Finomliszt /BL 55 / *,Jódozott só;	
	Fejeskáposzta-saláta	*
	fejes káposzta;kristálycukor;Jódozott só;Ecet 10%-os;	

Energia: 1237.9 kcal; Fehérje: 50.2 g; Zsír: 34.5 g; Tel.zsír: 8.5 g; Szénhidrat: 161.6 g;Só: 2.8 g;Cukor: 10.4 g; Kalcium: 0.0 g;

Ebéd C	Sárgaborsó krémleves	*07;
	Sárgaborsó;Fokhagyma;Só;Őrölt bors;Petrezselyem zöld;Tejszín kannában *;	
	Levesgyöngy	*01; 07; 03;
	levesgyöngy;	
	Fűszeres sült s.oldalas	*
	Étolaj;Jódozott só;Sült oldalas fűszersó;	
	Zelleres rizs	*09; 01;
	Rizs;Étolaj;Jódozott só;őrölt bors;Ételízesítő sómentes;Zeller zöld *;	
	Fejeskáposzta-saláta	*
	fejes káposzta;kristálycukor;Jódozott só;Ecet 10%-os;	

Energia: 1559.1 kcal; Fehérje: 61.9 g; Zsír: 87.7 g; Tel.zsír: 23.6 g; Szénhidrat: 127.5 g;Só: 6.4 g;Cukor: 9.3 g; Kalcium: 0.0 g;

2024.04.11 Csütörtök	Ebéd A	Reszelt tésztaleves	*09; 01; 03;
		Étolaj;Jódozott só;Ételízesítő sómentes;petrezselyem zöld;őrölt bors;karfiol;csemege paprika;Finomliszt;tojás;Sárgarépa tisztított;Gyökér tisztított;Karalábé/tisztított;Zeller /tisztított;Karfiol	
		Paradicsommártás	*01;
		Étolaj;paradicsom püré;kristálycukor;Finomliszt /BL 55/ *,Jódozott só;	
		Húsgombóc	*03;
		tojás;sertés lapocka;őrölt bors;Rizs /hántolt "B"/;Jódozott só;	
		Főtt burgonya	*
		Tisztított burgonya;Jódozott só;	
		Sajtos pogácsa	*01; 03; 07;
		Sajtos pogácsa;	

Energia: 929.7 kcal; Fehérje: 27.6 g; Zsír: 53.0 g; Tel.zsír: 7.5 g; Szénhidrat: 79.8 g;Só: 2.3 g;Cukor: 17.6 g; Kalcium: 0.0 g;

Ebéd B	Reszelt tésztaleves	*09; 01; 03;
	Étolaj;Jódozott só;Ételízesítő sómentes;petrezselyem zöld;őrölt bors;karfiol;csemege paprika;Finomliszt;tojás;Sárgarépa tisztított;Gyökér tisztított;Karalábé/tisztított;Zeller /tisztított;Karfiol	
	Pacal pörkölt	*
	Étolaj;csemege paprika;Jódozott só;fokhagyma;sertés köröm;őrölt bors;köménymag;erős pista;marha pacal /fagy./;Tisztított vöröshagyma;	
	Főtt burgonya	*
	Jódozott só;Tisztított burgonya;	
	Ecetes almapaprika	*
	Ecetes almapaprika;	

Energia: 1248.7 kcal; Fehérje: 59.2 g; Zsír: 76.9 g; Tel.zsír: 3.0 g; Szénhidrat: 78.2 g;Só: 6.3 g;Cukor: 5.4 g; Kalcium: 0.0 g;

2024.04.11 Csütörtök	Ebéd C	Reszelt tésztaleves	*09; 01; 03;
		Étolaj;Jódozott só;Ételízesítő sómentes;petrezselyem zöld;őrölt bors;karfiol;csemege paprika;Finomliszt;tojás;Sárgarépa tisztított;Gyökér tisztított;Karlalábé/tisztított;Zeller /tisztított;Karfiol	
		Joghurtos sült csirkecomb	*07;
		Étolaj;Jódozott só;joghurtok;Sültek pác és fűszerkeverék;Tejföl kannában 12%-os *;Reszelt sajt;Csirkecomb;	
		Mexikói rizs	*09; 01;
		Rizs;Étolaj;Jódozott só;Ételízesítő sómentes;őrölt bors;mexikói zöldség fagy.;	
		Ecetes almapaprika	*
		Ecetes almapaprika;	

Energia: 1137.1 kcal; Fehérje: 72.2 g; Zsír: 50.8 g; Tel.zsír: 5.5 g; Szénhidrat: 91.7 g;Só: 6.1 g;Cukor: 9.9 g; Kalcium: 0.0 g;

2024.04.12 Péntek	Eéd A	Jókai bableves	*01; 07; 09; 01; 06; 03;
		szárazbab;Étolaj;füstölt kolbász;fokhagyma;Finomliszt;Tejföl kannában;csemege paprika;Ételízesítő sómentes;petrezselyem zöld;füstölt sertéslapocka;Csipetke /4 tojásos/ *;Gyökér tisztított;Tisztított	
		Rizsfelfűjt	*07; 03; 01;
		Tej literes;Rizs;vaniliás cukor;Jódozott só;kristálycukor;mazsola;Delma light margarin;Citrom;tojás;zsemlemorzsa;Sertés zsír;	
		Málnaöntet	*
		szörpök;	
		Alma	*
		Alma;	

Energia: 1412.0 kcal; Fehérje: 43.2 g; Zsír: 38.5 g; Tel.zsír: 9.6 g; Szénhidrat: 223.8 g;Só: 3.0 g;Cukor: 55.7 g; Kalcium: 0.0 g;

Ebéd B	Jókai bableves	*01; 07; 09; 01; 06; 03;
	szárazbab;Étolaj;füstölt kolbász;fokhagyma;Finomliszt;Tefjöl kannában;csemege paprika;Ételízesítő sómentes;petrezselyem zöld;füstölt sertéslapocka;Csipetke /4 tojásos/ *;Gyökér tisztított;Tisztított	
	Bicskás pecsenye	*01;
	Sertés karaj csont nélkül;Jódozott só;Fokhagyma;Finomliszt /BL 55/ *;Étolaj;Vöröshagyma /földes;/Gomba /friss;/Bacon szalonna szeletelt;	
	Fűszeres burgonyahasáb	*
	Héjas fűszeres burgonya fagy.;Étolaj;	
	Uborkasaláta	*
	uborka;kristálycukor;Ecet 10%-os;Jódozott só;	

Energia: 2297.0 kcal; Fehérje: 54.8 g; Zsír: 168.0 g; Tel.zsír: 16.7 g; Szénhidrat: 137.4 g;Só: 2.7 g;Cukor: 25.7 g; Kalcium: 0.0 g;

Ebéd C	Jókai bableves	*01; 07; 09; 01; 06; 03;
	szárazbab;Étolaj;füstölt kolbász;fokhagyma;Finomliszt;Tejföl kannában;csemege paprika;Ételízesítő sómentes;petrezselyem zöld;füstölt sertéslapocka;Csipetke /4 tojásos/ *;Gyökér tisztított;Tisztított	
	Csirkemellfilé sajtos bundában	*01; 03; 09; 01; 07;
	Finomliszt;tojás;Ételízesítő sómentes;Jódozott só;Étolaj;csirkemell filé,félkemény sajtok /trapista/;	
	Zöldséges tésztasaláta	*07; 10; 03; 10;
	Körettészta;uborka;retek;lilahagyma;zöldpaprika;Tejföl kannában;mustár;majonéz;kristálycukor;Jódozott só,őrölt bors;	
	Alma	*
	Alma;	

Energia: 1920.7 kcal; Fehérje: 72.2 g; Zsír: 101.7 g; Tel.zsír: 18.4 g; Szénhidrat: 177.2 g;Só: 7.4 g;Cukor: 22.7 g; Kalcium: 0.0 g;