

Heti étlap 2026.04.13. - 2026.04.17.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	(00018) Tejfehérje, szójamentes 7-10 3x	Citromos tea 7-10, Csirkemell sonka (allergénm), Liga margarin tejmentes, Zsemle[1], Jégcsapretek kg			Zöldtea 7-10, Főtt tojás 7-10[3], Liga margarin tejmentes, Félbarna kenyér[1], Uborka(kígyó)			Karamell 7-10 TFM, SZM, Olasz felvágott (1,6,7), Liga margarin tejmentes, Pék kifli[1]			Csipketea 7-10, Főtt virsli 7-10, Ketchup kg(1), Mustár[10,(12)], Zsemle [1]			Limonádé 7-10, Zala (allergénm), Liga margarin tejmentes, Pék kifli[1], Jégcsapretek kg		
		Energia: 284.57 Kcal / 1,189.50 KJ			Energia: 268.70 Kcal / 1,123.17 KJ			Energia: 433.65 Kcal / 1,812.66 KJ			Energia: 339.17 Kcal / 1,417.73 KJ			Energia: 356.70 Kcal / 1,491.01 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11.94 g	7.82 g	2.21 g	8.12 g	9.95 g	2.67 g	11.04 g	15.11 g	4.79 g	13.54 g	14.41 g	5.49 g	13.01 g	15.47 g	5.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	41.22 g	8.99 g	1.60 g	36.33 g	8.99 g	1.19 g	62.50 g	19.22 g	2.35 g	38.36 g	9.23 g	2.58 g	41.09 g	4.04 g	2.18 g	
	1	1,3			1,(6),(7)			1,10,(12)			1					
	(00169) Laktózmentes 11-14 3x	Citromos tea 11-14, Csirkemell sonka (allergénm), Liga margarin tejmentes, Zsemle[1], Jégcsapretek kg			Zöldtea 11-14, Főtt tojás 11-14[3], Liga margarin tejmentes, Félbarna kenyér[1], Uborka(kígyó)			Karamell 11-14 LM, Olasz felvágott(1,6,7), Liga margarin tejmentes, Pék kifli[1]			Csipketea 11-14, Főtt virsli 11-14 LM, Ketchup kg(1), Mustár[10,(12)], Zsemle[1]			Limonádé 11-14, Zala (allergénm), Liga margarin tejmentes, Pék kifli[1], Jégcsapretek kg		
		Energia: 288.89 Kcal / 1,207.56 KJ			Energia: 331.73 Kcal / 1,386.63 KJ			Energia: 525.49 Kcal / 2,196.55 KJ			Energia: 400.98 Kcal / 1,676.10 KJ			Energia: 357.58 Kcal / 1,494.68 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
11.94 g		7.82 g	2.21 g	11.80 g	12.45 g	3.32 g	16.95 g	26.70 g	9.40 g	16.36 g	18.69 g	7.02 g	13.01 g	15.47 g	5.00 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
42.28 g	9.99 g	1.60 g	42.71 g	9.99 g	1.46 g	53.38 g	12.23 g	2.73 g	41.30 g	11.19 g	3.25 g	41.30 g	4.24 g	2.18 g		
1	1,3			1,(6),(7)			1,10,(12)			1						
Ebéd	(00007) Tejfehérje, szójamentes 11-14 1x	Palócleves 11-14 TFM, SZM[1,(3)], Mákos metélt 11-14 TFM, SZM[1,(3)], Körte			Párolt cs.mell 11-14 TFM, SZM, Zöldborsófőzelék 11-14 TFM, SZ[1], Rozskenyér [1,(6)], Kakaós kevert 11-14 TFM, SZM[1,3]			Köményleves 11-14 TFM, SZM[1], Rántott hal 11-14 TFM, SZM[1,3,4], Kukoricás rizs 11-14 TFM, SZM, Narancs			Meggyleves 11-14 TFM, SZM[1], Brassói körettel 11-14 TFM, SZ[1], Csemege uborka[10]			Sertéssült 11-14 TFM, SZM, Paradicsomos káposzta 11-14 TF[1], Korpás kenyér[1,(6)], Narancs		
		Energia: 764.83 Kcal / 3,196.99 KJ			Energia: 847.00 Kcal / 3,540.46 KJ			Energia: 772.36 Kcal / 3,228.46 KJ			Energia: 709.24 Kcal / 2,964.62 KJ			Energia: 748.99 Kcal / 3,130.78 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		26.66 g	24.24 g	5.70 g	50.73 g	20.03 g	2.54 g	32.46 g	28.35 g	4.12 g	29.40 g	19.00 g	5.71 g	37.75 g	20.14 g	4.40 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
108.83 g	20.98 g	2.21 g	113.80 g	28.97 g	2.35 g	94.20 g	0.00 g	4.23 g	102.02 g	24.98 g	6.00 g	100.73 g	19.98 g	3.98 g		
1,(3)	1,3,(6)			1,3,4			1,10			1,(6)						



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00011) Lisztérzékeny 11-14 1x	Palócleves 11-14 LÉ[7], Mákos metélt 11-14 LÉ, Körte			Párolt csirkemell 11-14 LÉ, Zöldborsófőzelék 11-14 LÉ[7], Gluténmentes kenyér[11,(6)], Kakaós kevert 11-14 LÉ[1,3,(5,6,7,8)]			Köményleves 11-14 LÉ, Rántott hal 11-14 LÉ [3,4,7], Kukoricás rizs 11-14 LÉ, Narancs			Meggyleves 11-14 LÉ[7], Brassói körettel 11-14 LÉ, Csemege uborka[10]			Sertéssült 11-14 LÉ, Paradicsomos káposzta LÉ 11-14, Gluténmentes kenyér[11,(6)], Narancs		
		Energia: 730.02 Kcal / 3,051.48 KJ			Energia: 840.56 Kcal / 3,513.54 KJ			Energia: 718.01 Kcal / 3,001.28 KJ			Energia: 718.90 Kcal / 3,005.00 KJ			Energia: 757.88 Kcal / 3,167.94 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		17.47 g	22.59 g	5.00 g	48.64 g	26.46 g	4.04 g	34.87 g	18.97 g	3.13 g	28.48 g	20.03 g	6.18 g	35.50 g	26.00 g	5.49 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	112.51 g	25.03 g	1.95 g	99.73 g	28.14 g	4.39 g	100.04 g	0.38 g	3.50 g	103.02 g	24.98 g	5.99 g	92.08 g	22.43 g	3.85 g	
	7			1,3,7,11,(5),(6),(8)			3,4,7			7,10			11,(6)			
	(00013) Lisztérzékeny +laktózm. 11-14 1x	Palócleves 11-14 LÉ+LM, Mákos metélt 11-14 LÉ +LM[1,(3)], Körte			Párolt csirkemell 11-14 LÉ+LM, Zöldborsófőzelék 11-14 LÉ+LM, Gluténmentes kenyér[11,(6)], Kakaós kevert 11-14 LÉ+LM[1,3,(5,6,7,8)]			Köményleves 11-14 LÉ +LM, Rántott hal 11-14 LÉ +LM[3,4], Kukoricás rizs 11-14 LÉ+LM, Narancs			Meggyleves 11-14 LÉ +LM, Brassói körettel 11-14 LÉ+LM, Csemege uborka[10]			Sertéssült 11-14 LÉ+LM, Paradicsomos káposzta LÉ 11-14, Gluténmentes kenyér[11,(6)], Narancs		
		Energia: 768.08 Kcal / 3,210.57 KJ			Energia: 834.13 Kcal / 3,486.66 KJ			Energia: 716.05 Kcal / 2,993.09 KJ			Energia: 709.95 Kcal / 2,967.59 KJ			Energia: 757.88 Kcal / 3,167.94 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		26.31 g	24.61 g	5.75 g	48.60 g	26.18 g	4.08 g	34.85 g	18.97 g	3.17 g	28.62 g	18.95 g	5.73 g	35.50 g	26.00 g	5.49 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
109.16 g	21.03 g	2.36 g	98.73 g	28.14 g	4.09 g	99.54 g	0.38 g	3.50 g	103.08 g	24.98 g	6.00 g	92.08 g	22.43 g	3.85 g		
1,(3)			1,3,11,(5),(6),(7),(8)			3,4			10			11,(6)				
(00018) Tejfehérje, szójamentes 7-10 3x	Palócleves 7-10 TFM, SZM[1,(3)], Mákos metélt 7-10 TFM, SZM[1,(3)], Körte			Párolt cs.mell 7-10 TFM, SZM, Zöldborsófőzelék 7-10 TFM, SZM[1], Rozskenyér[1,(6)], Kakaós kevert 7-10 TFM, SZM[1,3]			Köményleves 7-10 TFM, SZM[1], Rántott hal 7-10 TFM, SZM[1,3,4], Kukoricás rizs 7-10 TFM, SZM, Narancs			Meggyleves 7-10 TFM, SZM[1], Brassói körettel 7-10 TFM, SZM[1], Csemege uborka[10]			Sertéssült 7-10 TFM, SZM, Paradics. káposzta 7-10 TFM, S[1], Korpás kenyér[1,(6)], Narancs			
	Energia: 815.34 Kcal / 3,408.12 KJ			Energia: 797.73 Kcal / 3,334.51 KJ			Energia: 673.75 Kcal / 2,816.28 KJ			Energia: 632.72 Kcal / 2,644.77 KJ			Energia: 650.69 Kcal / 2,719.88 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	31.08 g	27.73 g	6.91 g	46.16 g	18.97 g	2.42 g	25.65 g	25.39 g	3.57 g	26.23 g	16.46 g	4.93 g	33.80 g	18.10 g	3.98 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
108.99 g	17.98 g	2.31 g	108.56 g	27.97 g	2.23 g	82.88 g	0.00 g	3.78 g	92.17 g	22.98 g	5.98 g	85.52 g	17.98 g	3.67 g		
1,(3)			1,3,(6)			1,3,4			1,10			1,(6)				



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00151) Tejfehérjementes 7-10 1x	Palócleves 7-10 TFM[1, (3)], Mákos metélt 7-10 TFM[1,(3)], Körte			Párolt csirkemell 7-10 TFM, Zöldborsófőzelék 7-10 TFM [1], Kakaós kevert 7-10 TFM[1,3]			Köményleves 7-10 TFM [1], Rántott hal 7-10 TFM [1,3,4], Kukoricás rizs 7-10 TFM, Narancs			Meggyleves 7-10 TFM[1], Brassói körettel 7-10 TFM [1], Csemege uborka[10]			Sertéssült 7-10 TFM, Paradicsomos káposzta TFM 7-10[1], Korpás kenyér[1,(6)], Narancs		
		Energia: 683.79 Kcal / 2,858.24 KJ			Energia: 672.01 Kcal / 2,809.00 KJ			Energia: 662.01 Kcal / 2,767.20 KJ			Energia: 619.61 Kcal / 2,589.97 KJ			Energia: 650.69 Kcal / 2,719.88 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		23.10 g	20.62 g	4.61 g	42.84 g	19.48 g	2.47 g	26.17 g	24.65 g	3.52 g	25.94 g	14.96 g	3.98 g	33.80 g	18.10 g	3.98 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	100.44 g	21.99 g	2.14 g	80.04 g	25.07 g	3.42 g	81.65 g	0.00 g	3.78 g	92.57 g	23.38 g	5.97 g	85.52 g	17.98 g	3.86 g	
	1,(3)			1,3			1,3,4			1,10			1,(6)			
	(00169) Laktózmentes 11 -14 3x	Palócleves 11-14 LM[1, (3)], Mákos metélt 11-14 LM[1,(3)], Körte			Párolt csirkemell 11-14 LM, Zöldborsófőzelék 11-14 LM[1], Rozskenyér[1, (6)], Kakaós kevert 11-14 LM[1,3]			Köményleves 11-14 LM [1], Rántott hal 11-14 LM [1,3,4], Kukoricás rizs 11-14 LM, Narancs			Meggyleves 11-14 LM[1], Brassói aprópecsenye 11-14 LM[1], Főtt burgonya 11-14 LM, Csemege uborka[10]			Sertéssült 11-14 LM, Paradicsomos káposzta 11-14 LM[1], Korpás kenyér[1,(6)], Narancs		
		Energia: 931.31 Kcal / 3,892.88 KJ			Energia: 866.57 Kcal / 3,622.26 KJ			Energia: 733.37 Kcal / 3,065.49 KJ			Energia: 765.08 Kcal / 3,198.03 KJ			Energia: 720.00 Kcal / 3,009.60 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
35.88 g		32.16 g	7.96 g	52.72 g	19.78 g	2.84 g	37.04 g	18.93 g	2.92 g	30.75 g	21.74 g	6.11 g	37.33 g	20.00 g	4.40 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
123.06 g	20.99 g	3.03 g	117.12 g	27.75 g	4.38 g	101.30 g	0.00 g	3.97 g	108.39 g	24.98 g	6.72 g	94.78 g	19.98 g	4.57 g		
1,(3)			1,3,(6)			1,3,4			1,10			1,(6)				
Uzsonna	(00018) Tejfehérje, szójamentes 7- 10 3x	Vegán szendvicsskrém, Pék kifli[1]			Gyümölcsle 100% 0,2l-es, Alma			Banán			Rizsital, kókuszital, Alma			Vegán sajt, Violife(1), Zsemle[1], Zöldpaprika		
		Energia: 238.51 Kcal / 996.97 KJ			Energia: 147.05 Kcal / 614.67 KJ			Energia: 157.45 Kcal / 658.14 KJ			Energia: 137.18 Kcal / 573.41 KJ			Energia: 203.66 Kcal / 851.30 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6.30 g	6.26 g	5.37 g	0.46 g	0.32 g	0.00 g	1.95 g	0.15 g	0.00 g	1.32 g	2.51 g	0.24 g	5.21 g	5.09 g	4.16 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	38.68 g	2.40 g	1.24 g	33.60 g	0.00 g	0.02 g	36.30 g	0.00 g	0.08 g	26.28 g	7.99 g	0.02 g	33.74 g	0.00 g	1.24 g	
	1												1			
	(00169) Laktózmentes 11 -14 3x	Szója joghurt, Alpro[6], Pék kifli[1]			Gyümölcsle 100% 0,2l-es, Alma			Banán			Rizsital, kókuszital, Alma			Vegán sajt, Violife(1), Zsemle[1], Zöldpaprika		
		Energia: 294.76 Kcal / 1,232.10 KJ			Energia: 147.05 Kcal / 614.67 KJ			Energia: 157.45 Kcal / 658.14 KJ			Energia: 137.18 Kcal / 573.41 KJ			Energia: 233.27 Kcal / 975.07 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
10.38 g		2.41 g	0.42 g	0.46 g	0.32 g	0.00 g	1.95 g	0.15 g	0.00 g	1.32 g	2.51 g	0.24 g	5.22 g	7.40 g	6.17 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
56.99 g	2.88 g	1.04 g	33.60 g	0.00 g	0.02 g	36.30 g	0.00 g	0.08 g	26.28 g	7.99 g	0.02 g	35.76 g	0.00 g	1.47 g		
1,6												1				



.....
Élelmezésvezető

.....
AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

TOVÁBBI ALLERGÉN INFORMÁCIÓ: elelmes@kornye.hu

