

Heti étlap 2026.05.18. - 2026.05.22.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	(00018) Tejfehérje, szójamentes 7-10 3x	Rizsital, kókuszital, Vegán szendvicskrém, Burgonyás kenyér[1], Zöldpaprika			Gyümölcsstea 7-10, Csirkemell sonka (allergénm), Liga margarin tejmentes, Rozskenyér[1,(6)], Jégcsapretek kg			Rizsital, kókuszital, Gabonagolyó gluténmentes			Tejescskvé 7-10 TFM,SZM[1], Sonka szelet 7-10 TFM,SZM, Zsemle[1], Zöldpaprika			Zöldtea 7-10, Párizsi (allergénm)(10), Liga margarin tejmentes, Félbarna kenyér[1], Jégcsapretek kg		
		Energia: 282.86 Kcal / 1,182.35 KJ			Energia: 393.94 Kcal / 1,646.67 KJ			Energia: 250.65 Kcal / 1,047.72 KJ			Energia: 389.05 Kcal / 1,626.23 KJ			Energia: 369.81 Kcal / 1,545.81 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		6.71 g	8.68 g	5.54 g	12.92 g	15.10 g	4.05 g	2.56 g	5.83 g	2.00 g	12.72 g	11.51 g	3.00 g	8.62 g	17.93 g	5.24 g
	Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
	42.87 g 8.15 g 1.19 g			50.22 g 11.65 g 1.73 g			46.14 g 7.99 g 0.70 g			57.83 g 19.98 g 1.22 g			43.22 g 8.99 g 1.95 g			
	1			1,(6)			1			1			1,(10)			
	(00169) Laktózmentes 11-14 3x	Rizsital, kókuszital, Vegán szendvicskrém, Burgonyás kenyér[1], Zöldpaprika			Gyümölcsstea 11-14, Csirkemell sonka (allergénm), Liga margarin tejmentes, Rozskenyér[1,(6)], Jégcsapretek kg			Rizsital, kókuszital, Gabonagolyó gluténmentes			Tejescskvé 11-14 LM[1], Sonkaszelet 11-14 LM, Zsemle[1], Zöldpaprika			Zöldtea 11-14, Párizsi (allergénm)(10), Liga margarin tejmentes, Félbarna kenyér[1], Jégcsapretek kg		
		Energia: 335.58 Kcal / 1,402.72 KJ			Energia: 398.08 Kcal / 1,663.97 KJ			Energia: 333.47 Kcal / 1,393.90 KJ			Energia: 393.35 Kcal / 1,644.20 KJ			Energia: 373.95 Kcal / 1,563.11 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
8.87 g		9.02 g	5.58 g	12.92 g	15.10 g	4.05 g	3.48 g	7.79 g	2.88 g	20.26 g	13.35 g	5.26 g	8.62 g	17.93 g	5.24 g	
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
52.80 g 8.15 g 1.58 g			51.25 g 12.65 g 1.73 g			61.32 g 7.99 g 1.05 g			47.15 g 9.99 g 1.51 g			44.25 g 9.99 g 1.95 g				
1			1,(6)			1			1			1,(10)				
Ebéd	(00007) Tejfehérje, szójamentes 11-14 1x	Tárkonyos cs.ragulev. 11 -TFM,S[9], Dejó s metélt 11-14 TFM, SZM[1,(3)], Körte			Karfio llesves 11-14 TFM, SZM[1], Sajtos hal 11-14 TFM, SZM[1,4], Kukoricás rizs 11-14 TFM, SZM			Csontleves 11-14 TFM, SZM[1,3,9], Főtt sertéshús 11-14, Meggymártás 11-14 TFM, SZM[1], Pirított dara 11-14 TFM, SZM[1]			Zöldségleves 11-14 TFM, SZM[1,9,(3)], Vagdalt pogácsa 11-14 TFM,SZM [1,3], Burgonyapüré 11-14 TFM,SZM, Cék lsaláta, csemege szeletelt			Párolt cs.mell 11-14 TFM, SZM, Sárgaborsó főzelék 11- TFM, SZ[1], Pék kifli[1], Meggyes pite 1db 11-14 TFM[1,3]		
		Energia: 701.98 Kcal / 2,934.28 KJ			Energia: 702.79 Kcal / 2,937.66 KJ			Energia: 716.78 Kcal / 2,996.14 KJ			Energia: 822.12 Kcal / 3,436.46 KJ			Energia: 804.02 Kcal / 3,360.80 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		32.56 g	17.86 g	1.46 g	27.63 g	29.20 g	11.05 g	35.64 g	16.75 g	4.94 g	27.81 g	36.50 g	10.26 g	52.76 g	16.38 g	2.86 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
101.64 g 16.48 g 3.35 g			79.91 g 0.00 g 3.86 g			104.37 g 19.48 g 3.13 g			103.19 g 18.29 g 6.31 g			110.03 g 6.74 g 2.67 g				
1,9,(3)			1,4			1,3,9			1,3,9			1,3				



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00011) Lisztérzékeny 11-14 1x	Tárkonyos cs.ragu leves 11- LÉ[9], Dejós metélt 11-14 LÉ[1], Körte			Karfiollevés 11-14 LÉ, Sajtos hal 11-14 LÉ[4,7, (1)], Kukoricás rizs 11-14 LÉ			Csontleves tésztával 11-14 LÉ[1,9,(3,6,7,12)], Főtt sertéshús 11-14 LÉ, Meggymártás 11-14 LÉ [7], Pirított dara 11-14 LÉ			Zöldséglevés LÉ 11-14 [9], Vagdalt pogácsa 11-14 LÉ[3,11,(6)], Burgonyapüré 11-14 LÉ [7], Céklasaláta, csemege szeletelt			Párolt csirkemell 11-14 LÉ, Sárgaborsó főzelék 11-14 LÉ, Gluténmentes kenyér[11,(6)], Meggyes pite 1db 11-14 LÉ[3,7]		
		Energia: 702.14 Kcal / 2,934.95 KJ			Energia: 741.15 Kcal / 3,098.01 KJ			Energia: 732.96 Kcal / 3,063.77 KJ			Energia: 833.31 Kcal / 3,483.24 KJ			Energia: 811.17 Kcal / 3,390.69 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		24.80 g	19.58 g	1.43 g	38.90 g	30.84 g	10.13 g	36.07 g	18.60 g	6.48 g	27.44 g	37.33 g	9.93 g	49.39 g	22.60 g	3.91 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	105.04 g	20.48 g	2.93 g	75.02 g	0.00 g	3.93 g	96.77 g	21.79 g	3.46 g	94.37 g	15.35 g	6.08 g	100.44 g	6.95 g	3.79 g	
	1,9			4,7,(1)			1,7,9,(3),(6),(12)			3,7,9,11,(6)			3,7,11,(6)			
	(00013) Lisztérzékeny +laktózm. 11-14 1x	Tárkonyos csragul.11- 14 LÉ+LM[9], Dejós metélt 11-14 LÉ+LM[1], Körte			Karfiollevés 11-14 LÉ +LM, Sajtos hal 11-14 LÉ +LM[4], Kukoricás rizs 11-14 LÉ+LM			Csontleves tésztával 11-14 LÉ+[9], Főtt sertéshús 11-14 LÉ+LM, Meggymártás 11-14 LÉ +LM, Pirított dara 11-14 LÉ+LM			Zöldséglevés LÉ 11-14 [9], Vagdalt pogácsa 11-14 LÉ+LM[3,11,(6)], Burgonyapüré 11-14 LÉ +LM, Céklasaláta, csemege szeletelt			Párolt csirkemell 11-14 LÉ+LM, Sárgaborsó főzelék 11-14 LÉ+LM, Gluténmentes kenyér[11,(6)], Meggyes pite 1db 11-14 LÉ+LM[3]		
		Energia: 702.14 Kcal / 2,934.95 KJ			Energia: 718.81 Kcal / 3,004.63 KJ			Energia: 725.81 Kcal / 3,033.89 KJ			Energia: 848.76 Kcal / 3,547.82 KJ			Energia: 810.64 Kcal / 3,388.48 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		24.80 g	19.58 g	1.43 g	37.24 g	29.16 g	9.06 g	35.17 g	20.24 g	5.63 g	26.93 g	33.95 g	9.13 g	49.40 g	22.55 g	3.97 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
105.04 g	20.48 g	2.93 g	74.93 g	0.00 g	3.79 g	99.12 g	22.23 g	3.06 g	105.89 g	15.50 g	6.04 g	100.42 g	6.95 g	3.50 g		
1,9			4			9			3,9,11,(6)			3,11,(6)				
(00018) Tejfehérje, szójamentes 7-10 3x	Tárkonyos csraguleves 7-TFM,S[9], Dejós metélt 7-10 TFM, SZM[1,(3)], Körte			Karfiollevés 7-10 TFM, SZM[1], Sajtos hal 7-10 TFM, SZM[1,4], Kukoricás rizs 7-10 TFM, SZM			Csontleves 7-10 TFM, SZM[1,3,9], Főtt sertéshús 7-10 TFM, Meggymártás 7-10 TFM, SZM[1], Pirított dara 7-10 TFM,SZM[1]			Zöldséglevés 7-10 TFM, SZM[1,9,(3)], Vagdalt pogácsa 7-10 TFM,SZM [1,3], Burgonyapüré 7-10 TFM, SZM, Céklasaláta, csemege szeletelt			Párolt cs.mell 7-10 TFM, SZM, Sárgaborsó főzelék 7-TFM, SZM[1], Pék kifli [1], Meggyes pite 1db 7-10 TFM[1,3]			
	Energia: 626.74 Kcal / 2,619.77 KJ			Energia: 618.72 Kcal / 2,586.25 KJ			Energia: 626.07 Kcal / 2,616.97 KJ			Energia: 688.58 Kcal / 2,878.26 KJ			Energia: 854.59 Kcal / 3,572.19 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	28.40 g	17.29 g	1.38 g	24.53 g	26.64 g	9.82 g	31.45 g	15.08 g	4.45 g	23.21 g	29.83 g	8.57 g	49.77 g	19.36 g	3.83 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
88.39 g	15.48 g	2.96 g	67.99 g	0.00 g	3.51 g	89.84 g	17.48 g	2.60 g	87.99 g	17.89 g	5.70 g	118.59 g	11.23 g	2.58 g		
1,9,(3)			1,4			1,3,9			1,3,9			1,3				
(00151) Tejfehérjementes 7-10 1x																



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00151) Tejfehérjementes 7-10 1x	Tárkonyos cs.ragu leves 7-TFM[9], Dejó metélt 7-10 TFM [1,(3)], Körte			Karfiolleves 7-10 TFM [1], Sajtos hal 7-10 TFM [1,4], Kukoricás rizs 7-10 TFM			Csontleves tésztával 7-10 TFM[1,9,(3,6,7,12)], Főtt sertéshús 7-10 TFM, Meggymártás 7-10 TFM [1], Piritott dara TFM 7-10 [1]			Zöldségleves 7-10 TFM [1,9,(3)], Vagdalt pogácsa 7-10 TFM[1,3], Burgonyapüré 7-10 TFM, Céklasaláta, csemege szeletelt			Párolt csirkemell 7-10 TFM, Sárgaborsó főzelék 7-10 TFM[1], Pék kifli[1], Meggyes pite 1db 7-10 TFM[1,3]		
		Energia: 621.59 Kcal / 2,598.25 KJ			Energia: 660.85 Kcal / 2,762.35 KJ			Energia: 628.13 Kcal / 2,625.58 KJ			Energia: 702.48 Kcal / 2,936.37 KJ			Energia: 743.39 Kcal / 3,107.37 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		28.19 g	17.27 g	1.38 g	26.73 g	27.17 g	9.89 g	30.98 g	14.94 g	4.42 g	23.40 g	30.83 g	8.68 g	47.78 g	15.24 g	2.71 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	87.39 g	15.48 g	2.94 g	75.07 g	0.00 g	3.54 g	91.04 g	20.99 g	2.82 g	89.05 g	17.90 g	5.71 g	102.54 g	6.74 g	3.73 g	
	1,9,(3)			1,4			1,9,(3),(6),(7),(12)			1,3,9			1,3			
	(00169) Laktózmentes 11-14 3x	Tárkonyos cs.ragu leves 11-14 LM[9], Dejó metélt 11-14 LM[1,(3)], Körte			Karfiolleves 11-14 LM[1], Sajtos hal 11-14 LM[1,4], Kukoricás rizs 11-14 LM			Csontleves tésztával 11-14 LM[1,9,(3,6,7,12)], Főtt sertéshús 11-14 LM, Meggymártás 11-14 LM [1], Piritott dara 11-14 LM [1]			Zöldségleves 11-14 LM [1,9,(3)], Vagdalt pogácsa sütő. 11-14 LM[1,3], Burgonyapüré 11-14 LM, Céklasaláta, csemege szeletelt			Párolt csirkemell 11-14 LM, Sárgaborsó főzelék 11-14 LM[1], Pék kifli[1], Meggyes pite 1db 11-14 LM[1,3]		
		Energia: 709.05 Kcal / 2,963.83 KJ			Energia: 708.60 Kcal / 2,961.95 KJ			Energia: 709.04 Kcal / 2,963.79 KJ			Energia: 834.37 Kcal / 3,487.67 KJ			Energia: 921.64 Kcal / 3,852.46 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
33.51 g		20.56 g	1.79 g	37.06 g	29.09 g	9.04 g	34.82 g	17.04 g	4.86 g	32.48 g	38.50 g	11.97 g	54.90 g	20.82 g	4.30 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
96.43 g	16.48 g	3.34 g	72.78 g	0.01 g	3.78 g	102.62 g	21.48 g	3.13 g	97.08 g	13.90 g	6.46 g	126.76 g	11.23 g	4.27 g		
1,9,(3)			1,4			1,9,(3),(6),(7),(12)			1,3,9			1,3				
Uzsonna	(00018) Tejfehérje, szójamentes 7-10 3x	Miniméz 20g-os, Liga margarin tejmentes, Pék kifli[1]			Gyümölcsle 100% 0,2l-es, Banán			Kenőmájas (allergén), Korpás kenyér[1,(6)], Uborka(kígyó)			Keksz, (Barbara,Gullon)			Rizsital, kókuszital, Alma		
		Energia: 372.83 Kcal / 1,558.43 KJ			Energia: 203.20 Kcal / 849.38 KJ			Energia: 250.25 Kcal / 1,046.05 KJ			Energia: 38.10 Kcal / 159.26 KJ			Energia: 112.83 Kcal / 471.63 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		6.32 g	14.46 g	3.97 g	1.18 g	0.08 g	0.00 g	10.37 g	8.84 g	3.86 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	1.04 g	2.23 g	0.24 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
53.90 g	18.44 g	1.24 g	47.36 g	0.00 g	0.05 g	31.29 g	0.00 g	1.55 g	0.00 g	0.00 g	-0.01 g	21.38 g	7.99 g	0.01 g		
1						1,(6)										



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Uzsonna</b>	<b>(00169) Laktózmentes 11 -14 3x</b>	Miniméz 20g-os, Liga margarin tejmentes, Pék kifli[1]			Gyümölcslé 100% 0,2l-es, Banán			Kenőmájas (allergénm), Korpás kenyér[1,(6)], Uborka(kígyó)			Keksz, (Barbara,Gullon)			Rizsital, kókuszital, Alma		
		Energia: 372.83 Kcal / 1,558.43 KJ			Energia: 245.18 Kcal / 1,024.85 KJ			Energia: 275.20 Kcal / 1,150.34 KJ			Energia: 76.20 Kcal / 318.52 KJ			Energia: 112.83 Kcal / 471.63 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6.32 g	14.46 g	3.97 g	1.70 g	0.12 g	0.00 g	11.22 g	8.92 g	3.87 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	1.04 g	2.23 g	0.24 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
53.90 g	18.44 g	1.24 g	57.04 g	0.00 g	0.08 g	36.35 g	0.00 g	1.67 g	0.00 g	0.00 g	-0.02 g	21.38 g	7.99 g	0.01 g		
1						1,(6)										

.....  
Élelmezésvezető

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

TOVÁBBI ALLERGÉN INFORMÁCIÓ: [elelmezes@kornye.hu](mailto:elelmezes@kornye.hu)

