

Heti étlap 2026.09.28. - 2026.10.02.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00018) Tejfehérje, szójamentes 7-10 3x	Csipketea 7-10, Kenőmájas (allergénm), Korpás kenyér[1,(6)], Zöldpaprika	Limonádé 7-10, Párizsi (allergénm)(10), Liga margarin tejmentes, Félbarna kenyér[1], Uborka(kígyó)	Rizsital, kókuszital, Perec, gm,tfm,tm	Rizsital, kókuszital, Miniméz 20g-os, Liga margarin tejmentes, Zsemle[1]	Tejeskávé 7-10 TFM,SZM[1], Tojáskré 7-10 TFM, SZM[3,10,(12)], Korpás kenyér[1,(6)], Zöldpaprika
		Energia: 321.23 Kcal / 1,342.74 KJ	Energia: 269.73 Kcal / 1,127.47 KJ	Energia: 358.00 Kcal / 1,496.44 KJ	Energia: 338.91 Kcal / 1,416.64 KJ	Energia: 342.09 Kcal / 1,429.94 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav
		11.95 g11.68 g5.13 g	9.52 g7.53 g2.40 g	0.72 g1.91 g0.24 g	5.14 g15.30 g4.05 g	9.07 g6.73 g1.42 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		40.93 g8.99 g1.80 g	40.62 g1.80 g2.02 g	58.78 g7.99 g0.00 g	44.57 g12.10 g0.99 g	59.83 g19.98 g1.99 g
		1,(6)	1,(10)	1	1	1,3,10,(6),(12)
	(00166) Mogyoróérzékeny 7-10 3x	Csipketea 7-10, Kenőmájas (allergénm), Korpás kenyér[1,(6)], Zöldpaprika	Limonádé 7-10 Mogyi, Sajtos párizsi[7,(1,6)], Margarin Light(7), Félbarna kenyér[1], Uborka(kígyó)	Tej (friss)1,5%[7], Briós [1,3,7]	Tej (friss)1,5%[7], Miniméz 20g-os, Margarin Light(7), Zsemle korpás[1]	Tejeskávé 7-10 M[1,7], Tojáskré 7-10 M[3,10, (7,12)], Korpás kenyér[1, (6)], Zöldpaprika
		Energia: 321.23 Kcal / 1,342.74 KJ	Energia: 277.58 Kcal / 1,160.28 KJ	Energia: 439.29 Kcal / 1,836.23 KJ	Energia: 292.28 Kcal / 1,221.73 KJ	Energia: 343.82 Kcal / 1,437.17 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav
		11.95 g11.68 g5.13 g	11.26 g7.68 g2.65 g	15.64 g10.88 g4.88 g	10.37 g7.38 g2.24 g	15.14 g6.69 g2.50 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		40.93 g8.99 g1.80 g	40.51 g1.80 g2.09 g	67.55 g14.04 g1.05 g	45.73 g8.10 g1.23 g	54.64 g11.99 g2.26 g
		1,(6)	1,7,(6)	1,3,7	1,7	1,3,7,10,(6),(12)
Ebéd	(00011) Lisztérzékeny 11-14 1x	Vajgaluska leves 11-14 LÉ[3,(7)], Rakott karfiol 11-14 LÉ[7], Gluténmentes kenyér[11,(6)], Körte	Sertéspörkölt 11-14 LÉ, Zöldbabfőzelék 11-14 LÉ [7], Meggyes pite 1db 11-14 LÉ[3,7]	Karfiolleves 11-14 LÉ, Hentes tokány 11-14 LÉ [10,(1)], Párolt rizs 11-14 LÉ, Szilva	Paradicsomleves 11-14 LÉ[9], Rántott csirkemell 11-14 LÉ[3], Burgonya, petr. 11-14 LÉ, Céklasaláta, csemege szeletelt	Zöldségleves LÉ 11-14 [9], Sajtos hal 11-14 LÉ [4,7,(1)], Kukoricás rizs 11-14 LÉ, Csemege uborka [10]
		Energia: 804.34 Kcal / 3,362.14 KJ	Energia: 716.20 Kcal / 2,993.72 KJ	Energia: 746.85 Kcal / 3,121.83 KJ	Energia: 850.63 Kcal / 3,555.63 KJ	Energia: 763.18 Kcal / 3,190.09 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav
		35.81 g26.72 g6.78 g	30.97 g32.56 g8.14 g	31.79 g23.04 g5.28 g	40.34 g20.65 g2.65 g	37.67 g29.86 g10.00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		105.29 g2.10 g3.50 g	72.79 g8.99 g3.76 g	100.93 g0.00 g3.52 g	123.55 g26.83 g4.69 g	83.80 g0.60 g6.54 g
		3,7,11,(6)	3,7	10,(1)	3,9	4,7,9,10,(1)



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00013) Lisztérzékeny +laktózm. 11-14 1x	Vajgaluska leves 11-14 LÉ+LM[3], Rakott karfiol 11-14 LÉ+LM, Gluténmentes kenyér[11, (6)], Körte	Sertéspörkölt 11-14 LÉ +LM, Zöldbabfőzelék 11- 14 LÉ+LM, Meggyes pite 1db 11-14 LÉ+LM[3]	Karfiolleves 11-14 LÉ +LM, Hentes tokány 11- 14 LÉ+LM[10,(1)], Párolt rizs 11-14 LÉ+LM, Szilva	Paradicsomleves 11-14 LÉ+LM[9], Rántott csirkemell 11-14 LÉ+LM [3], Burgonya, petr. 11-14 LÉ, LM, Céklasaláta, csemege szeletelt	Zöldségleves LÉ 11-14 [9], Sajtós hal 11-14 LÉ +LM[4], Kukoricás rizs 11- 14 LÉ+LM, Csemege uborka[10]
		Energia: 832.46 Kcal / 3,479.68 Kj	Energia: 734.70 Kcal / 3,071.05 Kj	Energia: 733.12 Kcal / 3,064.44 Kj	Energia: 825.45 Kcal / 3,450.38 Kj	Energia: 751.24 Kcal / 3,140.18 Kj
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		36.13 g29.58 g7.98 g	30.99 g34.93 g9.17 g	29.79 g22.25 g5.00 g	40.34 g17.87 g2.33 g	36.13 g28.24 g8.93 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		105.54 g2.10 g4.02 g	72.02 g8.99 g3.77 g	101.29 g0.00 g3.52 g	123.55 g26.83 g4.69 g	86.02 g0.75 g6.40 g
		3,11,(6)	3	10,(1)	3,9	4,9,10
	(00018) Tejfehérje, szójamentes 7- 10 3x	Vajgaluska leves 7-10 TFM, SZM[1,3], Rakott karfiol 7-10 TFM, SZM, Körte	Sertéspörkölt 7-10 TFM, SZM, Zöldbabfőzelék 7- 10 TFM, SZM[1], Zsemle [1], Meggyes pite 1db 7- 10 TFM,SZM[1,3]	Karfiolleves 7-10 TFM, SZM[1], Hentes tokány 7- 10 TFM, SZM[1,10], Párolt bulgur 7-10 TFM,SZM[1], Szilva	Paradicsomleves 7-10 TFM, SZM[1,3,9], Rántott cs.mell 7-10 TFM, SZM [1,3], Burgonya, petr. 7-10 TFM, SZM, Céklasaláta, csemege szeletelt	Zöldségleves 7-10 TFM, SZM[1,9,(3)], Sajtós hal 7- 10 TFM, SZM[1,4], Kukoricás rizs 7-10 TFM, SZM, Csemege uborka [10]
		Energia: 689.28 Kcal / 2,881.19 Kj	Energia: 877.20 Kcal / 3,666.70 Kj	Energia: 617.26 Kcal / 2,580.15 Kj	Energia: 718.83 Kcal / 3,004.71 Kj	Energia: 616.98 Kcal / 2,578.98 Kj
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		30.02 g27.84 g7.03 g	34.95 g39.07 g9.44 g	28.68 g21.81 g4.78 g	39.12 g15.31 g1.97 g	24.82 g24.03 g9.54 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		80.27 g0.00 g2.60 g	94.31 g9.79 g3.74 g	79.29 g0.00 g2.96 g	104.23 g21.94 g4.06 g	73.12 g0.00 g6.26 g
		1,3	1,3	1,10	1,3,9	1,4,9,10,(3)
	(00100) Diab. 160g 7-10	Vajgaluska leves diab 160[1,3,(7)], Rakott karfiol diab 160[7], Körte	Sertéspörkölt diab 160, Zöldbabfőzelék diab 160 [1,7,15], Meggyes pite diab 160[1,3,7,15]	Karfiolleves diab 160[1], Hentes tokány diab 160 [1,10], Párolt bulgur diab 160[1]	Rántott csirkemell diab 160[1,3], Burgonya, petre. diab 160, Céklasaláta, csemege szeletelt	Zöldségleves diab 160 [1,9], Sajtós hal 4-6 DM [1,4,7], Párolt rizs kuk.val diab 160, Csemege uborka[10]
		Energia: 494.38 Kcal / 2,066.51 Kj	Energia: 619.90 Kcal / 2,591.18 Kj	Energia: 571.50 Kcal / 2,388.87 Kj	Energia: 532.52 Kcal / 2,225.93 Kj	Energia: 554.09 Kcal / 2,316.10 Kj
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		30.04 g18.44 g5.28 g	27.48 g31.93 g7.25 g	31.01 g25.66 g5.62 g	36.76 g15.93 g2.11 g	27.07 g22.21 g7.39 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		53.22 g0.01 g4.33 g	54.03 g1.01 g3.21 g	56.42 g0.02 g3.63 g	59.15 g6.95 g4.42 g	60.08 g0.01 g5.85 g
		1,3,7	1,3,7,15	1,10	1,3	1,4,7,9,10

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00166) Mogyoróérzéken y 7-10 3x	Vajgaluska leves 7-10 M [1,3,(7)], Rakott karfiol 7- 10 Mogyi[7], Körte	Sertéspörkölt 7-10 M, Zöldbabfőzelék 7-10 M [1,7], Teljeskiőrlésű kenyér[1], Meggyes pite 1db 7-10 M[1,3,7]	Karfiolleves 7-10 M[1], Hentes tokány 7-10 Mogyi [1,10], Párolt bulgur 7-10 M[1], Szilva	Paradicsomleves 7-10 M [1,3,9], Rántott csirkemell 7-10 M[1,3], Burgonya, petrezselymes 7-10 M, Céklasaláta, csemege szeletelt	Zöldségleves 7-10 M[1,9, (3)], Sajtos hal 7-10 M [1,4,7], Kukoricás rizs 7- 10 Mogyi, Csemege uborka[10]
		Energia: 675.59 Kcal / 2,823.97 KJ	Energia: 876.73 Kcal / 3,664.73 KJ	Energia: 617.26 Kcal / 2,580.15 KJ	Energia: 715.55 Kcal / 2,991.00 KJ	Energia: 645.20 Kcal / 2,696.94 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		29.87 g26.34 g5.99 g	36.04 g38.16 g8.48 g	28.68 g21.81 g4.78 g	38.97 g15.28 g1.96 g	34.51 g25.82 g8.75 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		80.39 g0.00 g2.57 g	94.59 g9.23 g3.51 g	79.29 g0.00 g3.74 g	103.63 g21.94 g4.52 g	66.95 g0.01 g6.32 g
		1,3,7	1,3,7	1,10	1,3,9	1,4,7,9,10,(3)
Uzsonna	(00018) Tejfehérje, szójamentes 7- 10 3x	Minidzsem 25g-os, különféle(12), Pék kifli[1]	Gesztenye Marci[6,(5,8)], Alma	Pulykamellsonka(1,6,7), Liga margarin tejmentes, Rozskenyér teljes kiőrlésű [1,(6)], Paradicsom kg	Sárgarépás margarin 7- 10 TFM,S, Félbarna kenyér[1]	Keksz, (Barbara,Gullon), Gyümölcsle 100% 0,2l-es
		Energia: 245.96 Kcal / 1,028.11 KJ	Energia: 114.18 Kcal / 477.27 KJ	Energia: 301.76 Kcal / 1,261.36 KJ	Energia: 200.10 Kcal / 836.42 KJ	Energia: 157.32 Kcal / 657.60 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		6.30 g0.46 g0.17 g	1.14 g2.52 g0.37 g	9.69 g15.39 g4.14 g	5.14 g7.54 g2.06 g	0.14 g0.00 g0.00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		53.75 g18.37 g1.05 g	20.72 g6.30 g0.04 g	30.14 g1.90 g1.43 g	27.65 g0.00 g1.16 g	28.00 g0.00 g0.00 g
		1,(12)	6,(5),(8)	1,(6),(7)	1	
	(00166) Mogyoróérzéken y 7-10 3x	Gyümölcsjoghurt 125 g[7, (1)], Pék kifli[1]	Gesztenye Marci[6,(5,8)], Alma	Pulykamellsonka(1,6,7), Margarin Light(7), Rozskenyér teljes kiőrlésű [1,(6)], Paradicsom kg	Sárgarépás margarin 7- 10 M(7), Félbarna kenyér [1]	Tallér, natúr (Cornito), Gyümölcsle 100% 0,2l-es
		Energia: 246.92 Kcal / 1,032.13 KJ	Energia: 114.18 Kcal / 477.27 KJ	Energia: 208.04 Kcal / 869.61 KJ	Energia: 158.81 Kcal / 663.83 KJ	Energia: 161.12 Kcal / 673.48 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		9.90 g4.07 g0.28 g	1.14 g2.52 g0.37 g	9.66 g5.07 g1.34 g	5.12 g2.99 g0.82 g	1.16 g2.49 g0.95 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		49.88 g12.50 g1.36 g	20.72 g6.30 g0.04 g	30.08 g1.90 g1.43 g	27.62 g0.00 g1.19 g	31.91 g0.10 g0.24 g
		1,7	6,(5),(8)	1,(6),(7)	1,(7)	

.....
Élelmezésvezető

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

TOVÁBBI ALLERGÉN INFORMÁCIÓ: elelmezes@kornye.hu

