

Pécs

Szabadszedés Felnőtt

2026. 02. 02.–2026. 02. 06.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

EBÉD A

Zellerkrémleves (1,7,9,12)
Pirított zsemlekocka (1)
Tarhonyás hús csirkehússal (1)
Csalamádé (10,12)

Allergének:
1,7,9,10,12

EN:775

ZS:26,3

SZH:92,2

TZS:3,9

FH:33,7

SÓ:3,75

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Dino szelet (1)
Majorannás burgonyafőzelék (1,7,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:774

ZS:23,8

SZH:97,8

TZS:5,1

FH:35,9

SÓ:3,02

Csirkeaguleves (1,3,9,12)
Dejós morzsás nudli (1)
Vaníliás öntet (7)
Narancs

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:1161

ZS:26,7

SZH:160,8

TZS:4,5

FH:35

SÓ:4,48

Hamisgulyás (1,3,9,12)
Vegetáriánus chilis bab
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,9,12

EN:627

ZS:9,8

SZH:94,7

TZS:2,4

FH:37,3

SÓ:1,84

Fahéjas almaleves (1,7,12)
Panírozott halfilé (1,4,7,10)
Rizibizi
Káposztasaláta

Allergének:
1,4,7,10,12

EN:966

ZS:28,3

SZH:143,7

TZS:4

FH:28,7

SÓ:2,79

EBÉD B

Zellerkrémleves (1,7,9,12)
Pirított zsemlekocka (1)
Óvári sertésszelet (7)
Zöldséges bulgur (1)
Csalamádé (10,12)

Allergének:
1,7,9,10,12

EN:882

ZS:35,2

SZH:80

TZS:9,4

FH:43,3

SÓ:5,02

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Párolt sertésszelet, karajból
Meggymártás (1,7)
Pirított dara (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:749

ZS:19,3

SZH:107,5

TZS:1,9

FH:28,1

SÓ:2,24

Csirkeaguleves (1,3,9,12)
Káposztás tészta (1)
Porcukor szórát
Narancs

Allergének:
1,3,9,12

EN:764

ZS:14,9

SZH:124,4

TZS:1,5

FH:26,5

SÓ:1,28

Hamisgulyás (1,3,9,12)
Rántott gomba (1,3)
Petrezselymes rizs
Tartármártás (3,7,10,12)

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:1055

ZS:47,3

SZH:132,6

TZS:7,1

FH:21,1

SÓ:2,51

Fahéjas almaleves (1,7,12)
Budapest sertésragu (1)
Tört burgonya (12)
Káposztasaláta

Allergének:
1,7,12

EN:715

ZS:14,6

SZH:113,1

TZS:5,6

FH:23,7

SÓ:1,42

EBÉD C

Zellerkrémleves (1,7,9,12)
Pirított zsemlekocka (1)
Süttőtökös árpagyöngy rizottó (1,7)

Allergének:
1,7,9,12

EN:420

ZS:7

SZH:71,4

TZS:3,5

FH:13,7

SÓ:0,77

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Édes málé (1,3,7)
Szilva extra dzsem

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:1040

ZS:49,6

SZH:130,4

TZS:7,6

FH:19,6

SÓ:1,17

Csirkeaguleves (1,3,9,12)
Zöldség curry (4,9,12)
Kuskusz (1)
Narancs

Allergének:
1,3,4,9,12

EN:704

ZS:22,1

SZH:93,4

TZS:5,3

FH:27,2

SÓ:1,11

Hamisgulyás (1,3,9,12)
Tejberizs (7)
Kakaós szórát

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:570

ZS:12,3

SZH:97,2

TZS:6,4

FH:15,7

SÓ:0,74

Fahéjas almaleves (1,7,12)
Ázsiai zöldséges teljes kiőrlésű tészta (1,6,12)

Allergének:
1,6,7,12

EN:479

ZS:4,9

SZH:90,7

TZS:1,4

FH:14,1

SÓ:1,71

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag).



Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat.
**TUDJ MEG TÖBBET
A HETI EGY HÚS-
MENTES EBÉDRŐL!**



Pécs

Szabadszedés Felnőtt

2026. 02. 09.–2026. 02. 13.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

EBÉD A

Eperkrémleves (1,7,12)
Borsos sertéstokány (1)
Bulgur (1)
Csemegeuborka (10,12)Allergének:
1,7,10,12EN:924
ZS:29,8
SZH:123TZS:9,5
CK:50,2
FH:29,9
SÓ:2,62Zöldborsóleves (1,3,9,12)
Húsgombóc (1)
Paradicsommártás (1,9)
Főtt burgonya (12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,3,9,12EN:837
ZS:30,7
SZH:103,5TZS:6,9
CK:30,4
FH:29
SÓ:2,92Bableves füstölt hússal (1,3,9)
Mák szórat
Hosszúmetélt (1)
AlmaAllergének:
1,3,9EN:989
ZS:37,2
SZH:133,8TZS:5,3
CK:43,2
FH:33,4
SÓ:2,42Zöldségleves fridattal (1,3,7,9,12)
Panírozott zöldséggolyó (1,3,7)
Burgonyapüré (7)
Cékla savanyúság (10)Allergének:
1,3,7,9,10,12EN:618
ZS:19,2
SZH:85,3TZS:3
CK:15,9
FH:17,8
SÓ:4,62Almalé 100%-os
Kukorica morzsás csirkemell csík (1)
Petrezselymes rizs
Coleslaw (3,7,10,12)Allergének:
1,3,7,10,12EN:1036
ZS:39,2
SZH:141,9TZS:5,4
CK:33,4
FH:26,2
SÓ:4,19

EBÉD B

Eperkrémleves (1,7,12)
Parajos penne sajttal sütte (1,7)Allergének:
1,7,12EN:688
ZS:17,6
SZH:109,7TZS:4,9
CK:46
FH:20,7
SÓ:0,58Zöldborsóleves (1,3,9,12)
Édes-savanyú csirkeragu (6,12)
Párolt rizsAllergének:
1,3,6,9,12EN:703
ZS:17,4
SZH:102,8TZS:1,8
CK:18,4
FH:27,1
SÓ:2,53Bableves füstölt hússal (1,3,9)
Tejbedara (1,7)
Kakaós szórat
AlmaAllergének:
1,3,7,9EN:619
ZS:20,6
SZH:85,8TZS:8,4
CK:48,4
FH:27,1
SÓ:2,12Zöldségleves fridattal (1,3,7,9,12)
Amerikai sajtos tészta (1,7)Allergének:
1,3,7,9,12EN:656
ZS:25,9
SZH:78,8TZS:10,1
CK:12,7
FH:23,7
SÓ:2,05Almalé 100%-os
Harcspaprikás (1,4,7)
Galuska (1,3)Allergének:
1,3,4,7EN:731
ZS:19,4
SZH:103,9TZS:5,9
CK:24,3
FH:31,1
SÓ:0,7

EBÉD C

Eperkrémleves (1,7,12)
Babragu
Bulgur (1)Allergének:
1,7,12EN:877
ZS:13,2
SZH:152,7TZS:1,9
CK:46,9
FH:25,6
SÓ:0,42Zöldborsóleves (1,3,9,12)
Sajtkrémös zöldségragu (1,7)
Spagetti (1)Allergének:
1,3,7,9,12EN:606
ZS:16,7
SZH:88,5TZS:4,1
CK:9,9
FH:23,2
SÓ:1,19Bableves füstölt hússal (1,3,9)
Palacsintás zöldséglepeny (1,3,7)
AlmaAllergének:
1,3,7,9EN:453
ZS:22,8
SZH:33,8TZS:6,3
CK:6,8
FH:30,9
SÓ:2,15Zöldségleves fridattal (1,3,7,9,12)
Mediterrán zöldséges bulgur (1,9)
Sajt szórat (7)Allergének:
1,3,7,9,12EN:690
ZS:21,1
SZH:87,5TZS:7,2
CK:10,5
FH:23,8
SÓ:1,59Almalé 100%-os
Francia lecsóAllergének:EN:176
ZS:2,7
SZH:32,9TZS:0,5
CK:27,9
FH:2,9
SÓ:0,31

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag).



Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat.

**TUDJ MEG TÖBBET
A HETI EGY HÚS-
MENTES EBÉDRŐL!**



Pécs

Szabadszedés Felnőtt

2026. 02. 16.–2026. 02. 20.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

EBÉD A

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Vadas sertésragu (1,7,9,10,12)
Makaróni tészta (1)Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:785

ZS:28,9

SZH:99

TZS:8

FH:30,6

SÓ:1,64

CK:17

Almalé 100%-os
Paprikás burgonya virslivel (12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Cékla savanyúság (10)Allergének:
1,10,12

EN:756

ZS:27,8

SZH:94,8

TZS:11,6

FH:24,9

SÓ:4,6

CK:33,7

Sárgaborsó krémleves (1)
Színes levesgyöngy (1,3,7)
Rántott sajtgolyó (1,7)
Petrezselymes rizs
Tartármártás (3,7,10,12)Allergének:
1,3,7,10,12

EN:1194

ZS:52,2

SZH:143,1

TZS:10,6

FH:28,8

SÓ:4,99

CK:15,1

Tarhonyaleves (1,12)
Csirkepörkölt (1)
Zöldbabfőzelék (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,7,12

EN:665

ZS:22,9

SZH:72,6

TZS:4,5

FH:31,7

SÓ:3,36

CK:10,5

Paradicsomleves (1,3,9)
Panírozott halfilé (1,4,7,10)
Zöldséges bulgur (1)
Házi vegyes salátaAllergének:
1,3,4,7,9,10

EN:967

ZS:29,5

SZH:132,2

TZS:4,3

FH:32,1

SÓ:2,56

CK:43

EBÉD B

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Ananászos csirkeragu (1,7)
Párolt rizsAllergének:
1,3,7,9,12

EN:657

ZS:17,1

SZH:95,9

TZS:2

FH:24,4

SÓ:1,54

CK:13

Almalé 100%-os
Rakott zöldbab (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,7

EN:584

ZS:20,5

SZH:71,7

TZS:5,3

FH:26

SÓ:0,66

CK:25,8

Sárgaborsó krémleves (1)
Színes levesgyöngy (1,3,7)
Tejfölös túró (7)
Hosszúmetélt (1)
Porcukor szóratAllergének:
1,3,7

EN:775

ZS:20,4

SZH:110,4

TZS:4

FH:32,4

SÓ:0,78

CK:19,7

Tarhonyaleves (1,12)
Chilis bab
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,12

EN:759

ZS:23,4

SZH:95,3

TZS:7,4

FH:39,8

SÓ:1,65

CK:10,9

Paradicsomleves (1,3,9)
Reszelt csirkemáj (1)
Tört burgonya (12)
Házi vegyes salátaAllergének:
1,3,9,12

EN:773

ZS:18,7

SZH:106

TZS:5,4

FH:36,6

SÓ:1,64

CK:38,1

EBÉD C

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Vöröslencse dhal makhani (4)Allergének:
1,3,4,9,12

EN:336

ZS:10,7

SZH:26,8

TZS:5,1

FH:15,4

SÓ:0,8

CK:3,5

Almalé 100%-os
Vegetáriánus bolognai ragu (6,9)
Teljes kiőrlésű spagetti (1)
Sajt szórat (7)Allergének:
1,6,7,9

EN:816

ZS:23

SZH:104

TZS:7,5

FH:39,5

SÓ:0,8

CK:38,3

Sárgaborsó krémleves (1)
Színes levesgyöngy (1,3,7)
Svájci rakott burgonya (1,3,7,12)Allergének:
1,3,7,12

EN:800

ZS:34,3

SZH:81,6

TZS:14

FH:29

SÓ:1,55

CK:5,3

Tarhonyaleves (1,12)
Rántott karfiol (1)
Sárgarépás rizsAllergének:
1,12

EN:772

ZS:23,6

SZH:119

TZS:3,8

FH:18,8

SÓ:2,14

CK:8,1

Paradicsomleves (1,3,9)
Főtt tojás (3)
Finomfőzelék (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,3,7,9

EN:677

ZS:18,2

SZH:88,4

TZS:4,6

FH:28,3

SÓ:1,13

CK:42,5

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag).



Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat.

**TUDJ MEG TÖBBET
A HETI EGY-
MENTES EBÉDRŐL!**



Pécs

Szabadszedés Felnőtt

2026. 02. 23.–2026. 02. 27.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

EBÉD A

Almalé 100%-os
Rakott burgonya (3,6,7,12)
Csemegeuborka (10,12)Allergének:
3,6,7,10,12

EN:800

ZS:32,4

TZS:13,8

FH:26,9

SZH:81,2

CK:32,5

SÓ:3,42

Lencsegulyás sertéshússal (1,3,9)
Csokoládés gombóc (1,3,7)
Porcukor szórát
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
AlmaAllergének:
1,3,7,9

EN:1400

ZS:28,6

TZS:3,9

FH:42,2

SZH:229

CK:40,3

SÓ:3,89

Zöldségleves eperlevéllel (1,3,12)
Főtt tojás (3)
Zöldborsófőzelék (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
BanánAllergének:
1,3,7,12

EN:765

ZS:20,6

TZS:5,1

FH:33,4

SZH:96,7

CK:28,9

SÓ:2,4

Köménymagleves (1)
Pirított zsemlekocka (1)
Kukoricás csirkeragu (1,7)
Párolt rizsAllergének:
1,7

EN:877

ZS:34,8

TZS:9,3

FH:32,8

SZH:102,4

CK:8,6

SÓ:3

Fokhagyma krémleves (1,7,12)
Leves gyöngy (1,3,7)
Bolognai sertésragu (9)
Teljes kiőrlésű spagetti (1)
Sajt szórát (7)Allergének:
1,3,7,9,12

EN:985

ZS:43,7

TZS:16,6

FH:46

SZH:99,8

CK:18,9

SÓ:2,02

EBÉD B

Almalé 100%-os
Bácskai rizseshús
Csemegeuborka (10,12)Allergének:
10,12

EN:714

ZS:27,3

TZS:7,2

FH:19

SZH:96,1

CK:29,4

SÓ:2,11

Lencsegulyás sertéshússal (1,3,9)
Carbonara szósz (1,7)
Penne tészta (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
AlmaAllergének:
1,3,7,9

EN:1195

ZS:51,1

TZS:19,4

FH:46,4

SZH:131,8

CK:19,1

SÓ:3,55

Zöldségleves eperlevéllel (1,3,12)
Reszelt sajt (7)
Tejföl (7)
Farfalle (1)
BanánAllergének:
1,3,7,12

EN:811

ZS:31,8

TZS:15

FH:30,1

SZH:99,5

CK:15,5

SÓ:1,66

Köménymagleves (1)
Pirított zsemlekocka (1)
Natúr sertésszelet karajból
Meggymártás (1,7)
Pirított dara (1)Allergének:
1,7

EN:796

ZS:25

TZS:2,6

FH:27,3

SZH:107,3

CK:34,9

SÓ:1,93

Fokhagyma krémleves (1,7,12)
Leves gyöngy (1,3,7)
Fűszeres csirkeszárnyak
Steak burgonya
Házi vegyes salátaAllergének:
1,3,7,12

EN:991

ZS:42,3

TZS:14

FH:49,4

SZH:99

CK:19,9

SÓ:2,49

EBÉD C

Almalé 100%-os
Vegetáriánus rakott karfiol (1,7)Allergének:
1,7

EN:474

ZS:16,9

TZS:4,4

FH:22,1

SZH:55,5

CK:27,4

SÓ:0,29

Lencsegulyás sertéshússal (1,3,9)
Tejbedara (1,7)
Fahéjas porcukor
AlmaAllergének:
1,3,7,9

EN:640

ZS:17,8

TZS:8,3

FH:27,3

SZH:90,3

CK:44,5

SÓ:0,94

Zöldségleves eperlevéllel (1,3,12)
Tikka Masala (7,9)
BanánAllergének:
1,3,7,9,12

EN:267

ZS:11,4

TZS:4,8

FH:9,7

SZH:27,9

CK:6

SÓ:0,84

Köménymagleves (1)
Pirított zsemlekocka (1)
Rántott brokkoli (1)
Párolt rizs
Tartármártás (3,7,10,12)Allergének:
1,3,7,10,12

EN:1086

ZS:52,1

TZS:7,8

FH:20,3

SZH:128,6

CK:13,8

SÓ:2,67

Fokhagyma krémleves (1,7,12)
Leves gyöngy (1,3,7)
Gombapaprikás (1,7)
Galuska (1,3)Allergének:
1,3,7,12

EN:736

ZS:25,1

TZS:8,5

FH:21,8

SZH:101,9

CK:4,5

SÓ:1,56

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag).



Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat.
**TUDJ MEG TÖBBET
A HETI EGY HÜS-
MENTES EBÉDRŐL!**

