



ÉTLAP

Pécs

Szabadszedés Alsó

2026. 04. 06.–2026. 04. 10.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

TÍZÓRAI

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

EBÉD A

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

EBÉD B

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

EBÉD C

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

UZSONNA

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyeződéssel 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 étkezést 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 HÚSMENTES EBÉDRŐL!



Pécs

Szabadszedés Alsó

2026. 04. 13.–2026. 04. 17.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

TÍZÓRAI

Tej (7)
Sárgabarack extra dzsem
Margarin
Fehér kenyér (1)

Allergének:
1,7

EN:279
ZS:5,4
SZH:46,1

TZS:2,7
CK:21,7

FH:10,7
SÓ:0,88

Tea
Reszelt sajt (7)
Margarin
Zsemle (1)
Jégcsapretek

Allergének:
1,7

EN:275
ZS:7,9
SZH:39,5

TZS:4,4
CK:9,9

FH:9,6
SÓ:1,08

Tea
Magyaros vajkrém (7)
Teljes kiőrlésű zsemle (1)
Kígyóborka

Allergének:
1,7

EN:214
ZS:4,5
SZH:36,9

TZS:2,8
CK:10,4

FH:5
SÓ:0,78

Tejeskávé (1,7)
Fatörzs kifli (1,3,7)

Allergének:
1,3,7

EN:293
ZS:6,5
SZH:47,1

TZS:3,7
CK:20,7

FH:10,8
SÓ:0,56

Tea
Vaníliás túrókrém (7)
Zsemle (1)

Allergének:
1,7

EN:240
ZS:2,7
SZH:43,3

TZS:1,4
CK:14

FH:8,4
SÓ:0,66

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:541
ZS:19,9
SZH:69,7

TZS:5,1
CK:10,6

FH:19,6
SÓ:1,12

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

Allergének:
1,7,10,12

EN:564
ZS:18,9
SZH:77

TZS:7,6
CK:28,9

FH:16,1
SÓ:3,43

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:843
ZS:37,3
SZH:101,5

TZS:7,4
CK:10,8

FH:19,5
SÓ:3,63

Tarhonyaleves (1,12)
Csirkepörkölt (1)
Tökfőzelék (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:534
ZS:18,5
SZH:62,1

TZS:3,9
CK:15,3

FH:22,4
SÓ:3,31

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

Allergének:
1,3,4,7,9,10

EN:715
ZS:22,9
SZH:95,2

TZS:2,6
CK:25,6

FH:23,9
SÓ:2,15

EBÉD B

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

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:466
ZS:12,1
SZH:67,5

TZS:1,4
CK:9,5

FH:17,6
SÓ:1,05

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

Allergének:
1,7

EN:519
ZS:17,3
SZH:66,4

TZS:4,5
CK:25,2

FH:22,3
SÓ:0,63

Sárgaborsó krémleves (1)
Színes levesgyöngy (1,3,7)
Tejfőlés túró (7)
Hosszúmetélt (1)
Porcukor szórat

Allergének:
1,3,7

EN:597
ZS:19,7
SZH:78,7

TZS:6,1
CK:16,6

FH:23,4
SÓ:0,48

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

Allergének:
1,12

EN:542
ZS:16,3
SZH:69

TZS:5,1
CK:7,7

FH:28,5
SÓ:1,19

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

Allergének:
1,3,9,12

EN:511
ZS:11,9
SZH:70,7

TZS:3,5
CK:23,7

FH:24,5
SÓ:1,12

EBÉD C

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Vöröslencse dhal makhani (4)
Párolt rizs

Allergének:
1,3,4,9,12

EN:519
ZS:14,6
SZH:67,5

TZS:4,8
CK:3,2

FH:16,2
SÓ:0,59

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

Allergének:
1,6,7,9

EN:613
ZS:16,2
SZH:81,8

TZS:5,1
CK:34,2

FH:28,5
SÓ:0,56

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

Allergének:
1,3,7,12

EN:619
ZS:28
SZH:61,2

TZS:11,7
CK:4,3

FH:21,6
SÓ:1,14

Tarhonyaleves (1,12)
Rántott karfiol (1)
Sárgarépás rizs
Tartármártás (3,7,10,12)

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:675
ZS:29,5
SZH:86,9

TZS:5
CK:10,9

FH:13,2
SÓ:1,99

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

Allergének:
1,3,7,9

EN:463
ZS:10,2
SZH:66,3

TZS:2,6
CK:28,3

FH:19,4
SÓ:0,85

UZSONNA

Sajtkrém (7)
Teljes kiőrlésű kifli (1)
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

EN:144
ZS:1,9
SZH:23,6

TZS:0,8
CK:1,2

FH:6,2
SÓ:0,8

Sertés párizsi
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1

EN:189
ZS:6,2
SZH:25,9

TZS:2,2
CK:0,4

FH:6
SÓ:1,15

Ostyaszelet (1,3,6,7)
Alma

Allergének:
1,3,6,7

EN:184
ZS:8,4
SZH:23,5

TZS:2,1
CK:13,6

FH:2,3
SÓ:0,04

Gépsonka
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Kígyóborka

Allergének:
1

EN:174
ZS:3,8
SZH:26,6

TZS:1,3
CK:0,8

FH:7
SÓ:1,32

Kockasajt (7)
Teljes kiőrlésű kifli (1)

Allergének:
1,7

EN:175
ZS:6,2
SZH:21,9

TZS:3,8
CK:1,2

FH:6,4
SÓ:1,2

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyezéssel 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 étkezést 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 HÚSMENTES EBÉDRŐL!



Pécs

Szabadszedés Alsó

2026. 04. 20.–2026. 04. 24.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

TÍZÓRAI

Tej (7)
Méz
Margarin
Fehér kenyér (1)Allergének:
1,7EN:288
ZS:5,4
SZH:50
TZS:2,7
CK:26,1
FH:10,7
SÓ:0,88Tea
Sajtkrém (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,7EN:194
ZS:1,8
SZH:36,8
TZS:0,8
CK:10,2
FH:5,9
SÓ:0,9Tejeskávé (1,7)
Fonotkka (1,3,6,7)Allergének:
1,3,6,7EN:290
ZS:6,9
SZH:45,8
TZS:3,6
CK:22,5
FH:10,8
SÓ:0,56Tea
Sajtos pogácsa (1,3,7,12)Allergének:
1,3,7,12EN:203
ZS:6,5
SZH:31,8
TZS:3,2
CK:9,7
FH:3,4
SÓ:1,1Tea
Soproni felvágott
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
KigyóborkaAllergének:
1EN:233
ZS:6,4
SZH:35,8
TZS:2,3
CK:9,9
FH:6,4
SÓ:1,22

EBÉD A

Almalé 100%-os
Bácskai rizseshús
Csemegeuborka (10,12)Allergének:
10,12EN:556
ZS:20
SZH:77,2
TZS:5,5
CK:28,5
FH:15,2
SÓ:1,74Lencsegulyás sertéshússal (1,3,9)
Szilvatöltelikes gombóc (1)
Porcukor szórat
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
AlmaAllergének:
1,3,9,10EN:971
ZS:21,1
SZH:160,3
TZS:3,6
CK:40,9
FH:26,9
SÓ:2,94Zöldségleves eperlevéllel (1,3,12)
Főtt tojás (3)
Zöldborsófőzelék (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
BanánAllergének:
1,3,7,10,12EN:612
ZS:14,3
SZH:86,1
TZS:3,3
CK:25,6
FH:24,4
SÓ:1,98Köménymaglevés (1)
Pírtott zsemlekocka (1)
Főtt sertésszelet
Meggymártás (1,7)
Pírtott dara (1)Allergének:
1,7EN:583
ZS:15,4
SZH:88
TZS:2
CK:28,7
FH:18,5
SÓ:1,44Fokhagyma krémleves (1,7,12)
Leves gyöngy (1,3,7)
Bolognai sertésragu (9)
Teljes kiőrlésű spagetti (1)
Sajt szórat (7)Allergének:
1,3,7,9,12EN:715
ZS:32,9
SZH:66,7
TZS:11,6
CK:12,1
FH:33,7
SÓ:1,26

EBÉD B

Almalé 100%-os
Kukorica morzsás csirkemell csík (1)
Burgonyapüré (7)
Csemegeuborka (10,12)Allergének:
1,7,10,12EN:451
ZS:11,6
SZH:64,4
TZS:1,9
CK:28,3
FH:20,7
SÓ:2,97Lencsegulyás sertéshússal (1,3,9)
Carbonara szósz (1,7)
Penne tészta (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
AlmaAllergének:
1,3,7,9EN:869
ZS:35,2
SZH:100,5
TZS:13,1
CK:15,5
FH:33,3
SÓ:2,53Zöldségleves eperlevéllel (1,3,12)
Reszelt sajt (7)
Teföl (7)
Farfalle (1)
BanánAllergének:
1,3,7,12EN:604
ZS:22,7
SZH:77,3
TZS:10,9
CK:13,4
FH:21,6
SÓ:1,14Köménymaglevés (1)
Pírtott zsemlekocka (1)
Kukoricás csirkeragu (1,7)
Párolt rizsAllergének:
1,7EN:566
ZS:22,8
SZH:66,4
TZS:5,7
CK:3,4
FH:19,9
SÓ:1,93Fokhagyma krémleves (1,7,12)
Leves gyöngy (1,3,7)
Fűszeres csirkeszárnyak
Steak burgonya
Házi vegyes salátaAllergének:
1,3,7,12EN:721
ZS:31,3
SZH:70,6
TZS:10,4
CK:14,4
FH:36,3
SÓ:1,74

EBÉD C

Almalé 100%-os
Vegetáriánus rakott karfiol (1,7)Allergének:
1,7EN:414
ZS:14,3
SZH:50,3
TZS:3,7
CK:26,6
FH:18,7
SÓ:0,24Lencsegulyás sertéshússal (1,3,9)
Tejbedara (1,7)
Fahéjas porcukor
AlmaAllergének:
1,3,7,9EN:538
ZS:14
SZH:79,6
TZS:6,8
CK:44,1
FH:21,5
SÓ:0,77Zöldségleves eperlevéllel (1,3,12)
Tikka Masala (7,9)
BanánAllergének:
1,3,7,9,12EN:277
ZS:7,5
SZH:42,5
TZS:3,1
CK:11,7
FH:6,7
SÓ:0,65Köménymaglevés (1)
Pírtott zsemlekocka (1)
Rántott brokkoli (1)
Párolt rizs
Tartármártás (3,7,10,12)Allergének:
1,3,7,10,12EN:732
ZS:33,6
SZH:89,9
TZS:5
CK:8,8
FH:14
SÓ:1,78Fokhagyma krémleves (1,7,12)
Leves gyöngy (1,3,7)
Gombapaprikás (1,7)
Galuska (1,3)Allergének:
1,3,7,12EN:516
ZS:17,7
SZH:71,6
TZS:6,1
CK:2,8
FH:15
SÓ:0,99

UZSONNA

Kenőmájás
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
ParadicsomAllergének:
1EN:190
ZS:5,4
SZH:27,1
TZS:1,9
CK:0,9
FH:6,5
SÓ:1,04Füstölt pulykapárizsi
Margarin
Zsemle (1)
ZöldpaprikaAllergének:
1EN:213
ZS:5,9
SZH:31
TZS:1,9
CK:1
FH:6,9
SÓ:1,13Vajkrém (7)
Fehér kenyér (1)
KigyóborkaAllergének:
1,7EN:165
ZS:4,4
SZH:25,2
TZS:2,7
CK:0,8
FH:5,2
SÓ:0,78Paprikás salámi
Margarin
Teljes kiőrlésű zsemle (1)
JégcsapretekAllergének:
1EN:224
ZS:9
SZH:27,2
TZS:3,3
CK:0,5
FH:7,4
SÓ:1,23Piros gyümölcsös joghurt (7)
Kifli (1,7)Allergének:
1,7EN:246
ZS:2,5
SZH:44
TZS:0,8
CK:16,1
FH:8,5
SÓ:0,65

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyezéssel 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 étkezést 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 HÚSMENTES EBÉDRŐL!



Pécs

Szabadszedés Alsó

2026. 04. 27.–2026. 05. 01.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

TÍZÓRAI

Tea
Pizzás csiga (1,7,12)Allergének:
1,7,12EN:195
ZS:7,2
SZH:28,5
TZS:3,8
CK:11,1
FH:3,5
SÓ:0,7Tej (7)
Dzsungel gabonapehely (1,6)Allergének:
1,6,7EN:240
ZS:3,9
SZH:41
TZS:2,1
CK:21
FH:9,7
SÓ:0,52Tea
Körözött (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,7EN:208
ZS:2,7
SZH:35,9
TZS:1,4
CK:10,7
FH:8,1
SÓ:0,78Epres joghurt (7)
Kifli (1,7)Allergének:
1,7EN:247
ZS:2,1
SZH:46,5
TZS:0,8
CK:19,9
FH:7,8
SÓ:0,63

ÜNNEPNAP

Allergének:EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

EBÉD A

Hamisgulyás (1,3,9,12)
Mákos nudli (1)
Vaníliás öntet (7)
AlmaAllergének:
1,3,7,9,12EN:895
ZS:18,3
SZH:134,6
TZS:3,8
CK:35,5
FH:22,4
SÓ:2,46Zöldborsóleves (1,3,9,12)
Húsgombóc (1)
Paradicsommártás (1,9)
Főtt burgonya (12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,3,9,12EN:627
ZS:22,5
SZH:80,6
TZS:4,6
CK:24,4
FH:19,7
SÓ:2,35Almalé 100%-os
Tarhonyás hús csirkehússal (1)
Lilakáposzta salátaAllergének:
1EN:627
ZS:18,6
SZH:87,9
TZS:2,1
CK:38,7
FH:21,6
SÓ:1,89Daragaluska leves (1,3,9,12)
Virslis
Sárgaborsófőzelék (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
MandarinAllergének:
1,3,9,12EN:699
ZS:27,6
SZH:74,9
TZS:8,5
CK:10,3
FH:27,8
SÓ:2,88

ÜNNEPNAP

Allergének:EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

EBÉD B

Hamisgulyás (1,3,9,12)
Rántott sajtgolyó (1,7)
Zöldbabfőzelék (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
AlmaAllergének:
1,3,7,9,12EN:407
ZS:10,6
SZH:61
TZS:4,4
CK:12,7
FH:13,5
SÓ:2,15Zöldborsóleves (1,3,9,12)
Bakonys csirkeragu (1,7)
Párolt rizsAllergének:
1,3,7,9,12EN:502
ZS:16,9
SZH:61,9
TZS:4
CK:3,4
FH:20,4
SÓ:1,29Almalé 100%-os
Dubarry sertésszelet (1,7)
Tört burgonya (12)
Lilakáposzta salátaAllergének:
1,7,12EN:512
ZS:11,8
SZH:74,8
TZS:3,7
CK:34,7
FH:17,8
SÓ:1,44Daragaluska leves (1,3,9,12)
Baconös csirkemáj (1)
Bulgur (1)
Csemegeuborka (10,12)
MandarinAllergének:
1,3,9,10,12EN:549
ZS:14,8
SZH:68
TZS:3,5
CK:13,1
FH:27,3
SÓ:2,29

ÜNNEPNAP

Allergének:EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

EBÉD C

Hamisgulyás (1,3,9,12)
Dejós guba (1,7)
Vaníliás öntet (7)
AlmaAllergének:
1,3,7,9,12EN:733
ZS:14,1
SZH:126
TZS:5,1
CK:65
FH:20
SÓ:1,55Zöldborsóleves (1,3,9,12)
Palacsintás zöldséglepeny (1,3,7)Allergének:
1,3,7,9,12EN:260
ZS:11,8
SZH:18,5
TZS:4
CK:4,7
FH:16,8
SÓ:0,91Almalé 100%-os
Vegetáriánus rakott karfiol (1,7)Allergének:
1,7EN:414
ZS:14,3
SZH:50,3
TZS:3,7
CK:26,6
FH:18,7
SÓ:0,24Daragaluska leves (1,3,9,12)
Mediterrán zöldséges bulgur (1,9)
Sajt szórát (7)
MandarinAllergének:
1,3,7,9,12EN:521
ZS:14,1
SZH:70,7
TZS:4,8
CK:15,3
FH:17
SÓ:0,83

ÜNNEPNAP

Allergének:EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

UZSONNA

Natúr szendvicskrém (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
ZöldpaprikaAllergének:
1,7EN:173
ZS:4,3
SZH:27,3
TZS:2
CK:1,2
FH:4,6
SÓ:0,86Reszelt sajt (7)
Margarin
Fehér kenyér (1)
ParadicsomAllergének:
1,7EN:211
ZS:7,8
SZH:24,9
TZS:4,5
CK:0,3
FH:9,2
SÓ:1Gépsonka
Margarin
Zsemle (1)
KígyóuborkaAllergének:
1EN:194
ZS:3,7
SZH:30,8
TZS:1,1
CK:1,1
FH:7,6
SÓ:1,27Baromfi párizsi
Margarin
Fehér kenyér (1)
JégcsapretekAllergének:
1EN:176
ZS:5,2
SZH:24,8
TZS:1,4
CK:0,4
FH:6,6
SÓ:1,14

ÜNNEPNAP

Allergének:EN:0
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyezéssel 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 étkezést 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 TÖBBSZÖR A HETI EGY HÚSMENTES EBÉDRŐL!

