

Étlap (ovi 3X 2026.)

2026.08.31 - 2026.09.06.

<i>Hétfő</i> 2026.08.31	<i>Kedd</i> 2026.09.01.	<i>Szerda</i> 2026.09.02.	<i>Csütörtök</i> 2026.09.03.	<i>Péntek</i> 2026.09.04.
Tízórai Tej (07,) Lekváros táská (03,01,07,) E:1 496(Kj) 358(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 46(g) Zsir: 13(g)Cuk: 14(g)Só:0,30(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 230(mg)	Csipkebogyó tea Magyaros vajkrém (07,) Teljes kiőrlésű kenyér (01,06,) Paradicsom E: 755(Kj) 181(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 32(g) Zsir: 3(g)Cuk: 8(g)Só:0,79(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 82(mg)	Kakaó (07,) Kalács (01,03,06,07,) Vénusz margarin 55% zsír E:1 249(Kj) 299(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 35(g) Zsir: 13(g)Cuk: 7(g)Só:0,38(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 267(mg)	100% -os narancslé Virsli baromfi,ketchup Teljes kiőrlésű kenyér (01,06,) E:1 272(Kj) 304(KCal) F: 11(g)Kol: 29(g)Sz: 39(g) Zsir: 10(g)Cuk: 18(g)Só:1,50(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 84(mg)	Almás fahéjas tea Sajtkrém (07,) Teljes kiőrlésű kenyér (01,06,) Paradicsom E: 874(Kj) 209(KCal) F: 7(g)Kol: 21(g)Sz: 31(g) Zsir: 5(g)Cuk: 7(g)Só:1,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 82(mg)
Ebéd Zellerkrémleves (09,01,07,) Pirított zsemlekocka (01,09,) Hentestokány (09,) Bulgur(01,) E:2 112(Kj) 505(KCal) F: 19(g)Kol: 17(g)Sz: 55(g) Zsir: 23(g)Cuk: 0(g)Só:0,32(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 81(mg)	Zöldséges zöldborsóleves (09,01,) Túrós tészta (01,03,07,) Alma E:2 072(Kj) 496(KCal) F: 18(g)Kol: 0(g)Sz: 65(g) Zsir: 18(g)Cuk: 15(g)Só:0,20(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 151(mg)	Vegyes gyümölcsleves (01,07,) Bácskai rizseshús (09,) Kovászos uborka E:2 363(Kj) 565(KCal) F: 16(g)Kol: 22(g)Sz:100(g) Zsir: 9(g)Cuk: 9(g)Só:0,21(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 24(mg)	Csont leves (09,) Csiga tészta (03,01,) Paradicsomos káposzta (01,) Sült csirkecombfilé Körte Bácskai kenyér (01,06,) E:1 971(Kj) 471(KCal) F: 16(g)Kol: 8(g)Sz: 72(g) Zsir: 12(g)Cuk: 10(g)Só:0,74(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 84(mg)	Gulyásleves (09,01,03,) Bácskai kenyér (01,06,) Tejbedara kakaós cukorral (01,07,) E:1 814(Kj) 434(KCal) F: 17(g)Kol: 18(g)Sz: 65(g) Zsir: 14(g)Cuk: 18(g)Só:0,73(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 233(mg)
Uzsonna Tonhalkrém (10,03,07,04,) Teljes kiőrlésű zsemle (01,07,) Pritamin paprika E: 791(Kj) 189(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 33(g) Zsir: 3(g)Cuk: 0(g)Só:0,06(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 54(mg)	Pulyka sonka Vénusz margarin 55% zsír Korpás baguette (01,06,) Kigó uborka E:1 365(Kj) 327(KCal) F: 14(g)Kol: 1(g)Sz: 49(g) Zsir: 8(g)Cuk: 0(g)Só:0,47(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 16(mg)	Padlizsánkrém Molnárka (01,03,06,07,) Zöldpaprika E: 853(Kj) 204(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 34(g) Zsir: 4(g)Cuk: 5(g)Só:0,40(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 175(mg)	Trappista sajt szelet (07,) Vénusz margarin 55% zsír Császárszemle (01,07,) Pritamin paprika E:1 254(Kj) 300(KCal) F: 10(g)Kol: 21(g)Sz: 34(g) Zsir: 12(g)Cuk: 2(g)Só:1,00(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 580(mg)	Paprikás szalámi Vénusz margarin 55% zsír Kornspitz (01,) Zöldpaprika E:1 308(Kj) 313(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 30(g) Zsir: 16(g)Cuk: 0(g)Só:0,66(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 3(mg)