

## Munkahelyi étkezés 15-18 korcs.

2026. szeptember 14 - 2026. szeptember 18

| Étkezés     | 2026.09.14<br>Hétfő                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 2026.09.15<br>Kedd                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 2026.09.16<br>Szerda                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 2026.09.17<br>Csütörtök                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 2026.09.18<br>Péntek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Ebéd</b> | <b>Almaleves<sup>1,7</sup></b><br>E: 278kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 69g, Cuk: 43g, Só: 4,5g<br><b>Sertéspörkölt bácskai módra</b><br>E: 405kcal, Zsír: 34g, T.zsír: 10g, Feh.: 22g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 3,7g<br><b>Párolt rizs</b><br>E: 437kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 82g, Cuk: 0g, Só: 3,0g<br><b>Vegyes vágott</b><br>E: 45kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 3,0g<br><b>Alma</b><br>E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g | <b>Zöldborsóleves<sup>1,3</sup></b><br>E: 166kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 7g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 4,1g<br><b>Húsgombóc paradicsommártással<sup>1,3</sup></b><br>E: 852kcal, Zsír: 51g, T.zsír: 22g, Feh.: 22g, CH: 73g, Cuk: 34g, Só: 3,1g<br><b>Forma kenyér<sup>1</sup></b><br>E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g | <b>Tarhonyaleves<sup>1,3</sup></b><br>E: 158kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 2,7g<br><b>Sült oldalas</b><br>E: 952kcal, Zsír: 94g, T.zsír: 30g, Feh.: 24g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 3,0g<br><b>Fehérbabfőzelék<sup>1,7</sup></b><br>E: 417kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 4g, Feh.: 21g, CH: 59g, Cuk: 0g, Só: 1,8g<br><b>Forma kenyér<sup>1</sup></b><br>E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g | <b>Grízgaluska leves<sup>1,3,9</sup></b><br>E: 142kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 6,3g<br><b>Csülökpörkölt</b><br>E: 815kcal, Zsír: 59g, T.zsír: 28g, Feh.: 21g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 3,9g<br><b>Főtt burgonya</b><br>E: 203kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 43g, Cuk: 0g, Só: 0,0g<br><b>Forma kenyér<sup>1</sup></b><br>E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g<br><b>Csemege uborka</b><br>E: 3kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,2g | <b>Gulyásleves<sup>1,3</sup></b><br>E: 333kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 10g, Feh.: 11g, CH: 20g, Cuk: 0g, Só: 5,9g<br><b>Káposztás kocka<sup>1</sup></b><br>E: 568kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 1g, Feh.: 15g, CH: 78g, Cuk: 0g, Só: 6,0g<br><b>Forma kenyér<sup>1</sup></b><br>E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g |

**Allergének:**

1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezám és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

