Jakkel és Társa Kft
3564 Hernádnémeti
Rákóczi 140

Étlap (Ovoda 3-6)

2026.03.09 - 2026.03.15.

Az étlapváltozatás jogát fenntartjuk !

LafiSoft program Copyryght (c) 1998 -2022

	Hétfõ 2026.03.09	Kedd 2026.03.10.	Szerda 2026.03.11.	Csütörtök 2026.03.12.	Péntek 2026.03.13.
Tízórai	Tej 1,5% Zsemle (01,06,) Margarin Felvágott párizsi (06,) E:1 313(Kj) 314(KCal) F: 14(g)Kol: 0(g)Sz: 41(g) Zsir: 10(g)Cuk: 10(g)Só:1,17(g)	Tej 1,5% Kenyér (01,06,) Körözött (07,) E:1 083(Kj) 259(KCal) F: 15(g)Kol: 0(g)Sz: 38(g) Zsir: 6(g)Cuk: 10(g)Só:1,04(g)	Tej 1,5% Kenyér (01,06,) Margarin Csirkemell sonka E:1 095(Kj) 262(KCal) F: 14(g)Kol: 0(g)Sz: 40(g) Zsir: 7(g)Cuk: 10(g)Só:1,25(g)	Tej 1,5% Kenyér (01,06,) Margarin Virágméz E:1 192(Kj) 285(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 49(g) Zsir: 6(g)Cuk: 22(g)Só:0,81(g)	Tea Teljes kiörlésu kenyér (01,06,) Margarin Felvágott olasz (06,) E:1 094(Kj) 262(KCal) F: 9(g)Kol: 23(g)Sz: 29(g) Zsir: 10(g)Cuk: 12(g)Só:0,69(g)
Ebéd	Tojásleves (01,09,03,) Barackos csirkecomb filé (07,) Párolt rizs E:2 242(Kj) 536(KCal) F: 23(g)Kol:162(g)Sz: 63(g) Zsir: 19(g)Cuk: 4(g)Só:0,74(g)	Nyírségi gombócleves (09,07,01,) Kenyér (01,06,) Krumplistészta (01,03,09,) Csemegeuborka (10,) E:3 204(Kj) 766(KCal) F: 29(g)Kol: 31(g)Sz:112(g) Zsir: 22(g)Cuk: 1(g)Só:2,69(g)	Lebbencsleves (01,03,09,) Szárazbab fozelék (07,09,01,) Sült virsli (06,) Kenyér (01,06,) E:2 759(Kj) 660(KCal) F: 26(g)Kol: 36(g)Sz: 78(g) Zsir: 26(g)Cuk: 0(g)Só:2,89(g)	Húsleves (09,01,03,) Fott hús, sóskamártás, fott burgonya (07,01,) E:2 949(Kj) 706(KCal) F: 32(g)Kol: 93(g)Sz: 59(g) Zsir: 36(g)Cuk: 8(g)Só:0,99(g)	Paradicsomleves (01,03,) Hentes pulyka ragu Rizi-bizi (09,) E:2 646(Kj) 633(KCal) F: 23(g)Kol: 26(g)Sz: 86(g) Zsir: 20(g)Cuk: 14(g)Só:1,42(g)
Uzsonna	Csokis csiga (01,06,07,03,) Mandarin E:1 241(Kj) 297(KCal) F: 3(g)Kol: 0(g)Sz: 37(g) Zsir: 14(g)Cuk: 14(g)Só:0,35(g)	Sajtos kifli (01,03,07,) Margarin Uborka E: 776(Kj) 186(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 24(g) Zsir: 6(g)Cuk: 1(g)Só:0,98(g)	Tatár pizzás falatka (01,03,06,) Alma E: 747(Kj) 179(KCal) F: 3(g)Kol: 0(g)Sz: 21(g) Zsir: 9(g)Cuk: 1(g)Só:1,00(g)	Teljes kiörlésu zsemle (01,) Margarin Sajt szelet (07,) E: 935(Kj) 224(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 23(g) Zsir: 10(g)Cuk: 0(g)Só:1,13(g)	Kifli (01,07,) Epres joghurt (07,) Banán E:1 519(Kj) 363(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 66(g) Zsir: 5(g)Cuk: 17(g)Só:1,71(g)

2026.03.13.

01=Gluten,02=Rákfélék,03=Tojás,04=Halak,05=Földimogyoró,06=Szójabab,07=Tej,08=Diófélék,09=Zeller,10=Mustár,11=Szezámmag,12=Kén-dioxid,13=Csillagfürt,14=Puhatestüek,

Élelmezésvezetõ