Jakkel és Társa Kft
3564 Hernádnémeti
Rákóczi 140

Étlap (Ovoda 3-6)

2026.11.23 - 2026.11.29.

Az étlapváltozatás jogát fenntartjuk !
LafiSoft program Copyryght (c) 1998 -2022

	Hétfõ	*Kedd*	*Szerda*	*Csütörtök*	*Péntek*
	2026.11.23	*2026.11.24.*	*2026.11.25.*	*2026.11.26.*	*2026.11.27.*
Tízórai	**Tea** **Zsemle** (01,06,) **Margarin** **Pulyka mell sonka** E:1 001(Kj) 240(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 42(g) Zsir: 4(g)Cuk: 10(g)Só:1,17(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 0(mg)	**Tej 1,5%** (07,) **Teljes kiörlésu kenyér** (01,06,) **Vajkrém magyaros** (07,) E:1 071(Kj) 256(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 29(g) Zsir: 9(g)Cuk: 12(g)Só:1,35(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 233(mg)	**Tea** **Kenyér** (01,06,) **Margarin** **Felvágott sajtos párizsi** (06,07,) E: 988(Kj) 236(KCal) F: 7(g)Kol: 15(g)Sz: 37(g) Zsir: 7(g)Cuk: 10(g)Só:0,85(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 0(mg)	**Tej 1,5%** (07,) **Kakaós kalács** (01,03,07,06,) **Margarin** E:1 000(Kj) 239(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 29(g) Zsir: 9(g)Cuk: 12(g)Só:0,32(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 228(mg)	**Tej 1,5%** (07,) **Teljes kiörlésu kenyér** (01,06,) **Margarin** **Felvágott zala** (06,) E:1 213(Kj) 290(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 29(g) Zsir: 11(g)Cuk: 12(g)Só:0,83(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 228(mg)
Ebéd	**Hagymakrémleves** (01,07,09,) **Leves gyöngy** (01,07,03,) **Zöldborsós csirkepörkölt** (09,01,) **Tészta köret** (01,03,) **Cékla saláta** E:2 152(Kj) 515(KCal) F: 22(g)Kol: 19(g)Sz: 54(g) Zsir: 22(g)Cuk: 2(g)Só:1,41(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 29(mg)	**Grízgaluska leves** (09,01,03,) **Rakott karfiol besamel mártással** (07,09,01,08,) **Teljes kiörlésu kenyér** (01,06,) E:2 450(Kj) 586(KCal) F: 23(g)Kol: 31(g)Sz: 58(g) Zsir: 26(g)Cuk: 4(g)Só:1,38(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 0(mg)	**Tejfölös zöldbableves** (07,01,09,) **Brassói aprópecsenye** (09,) **Burgonya köret** **Csemegeuborka** (10,) **Kenyér** (01,06,) E:2 416(Kj) 578(KCal) F: 21(g)Kol: 42(g)Sz: 65(g) Zsir: 25(g)Cuk: 1(g)Só:2,14(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 26(mg)	**Magyaros zellerleves** (01,03,09,) **Székelykáposzta** (01,07,09,) **Kenyér** (01,06,) E:3 127(Kj) 748(KCal) F: 24(g)Kol: 39(g)Sz: 76(g) Zsir: 36(g)Cuk: 13(g)Só:3,73(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 26(mg)	**Tárkonyos gombaleves** (09,01,07,03,) **Rántott hal sütõben sütve** (04,01,03,) **Zöldséges rizs** (09,) **Tartármártás** (03,10,07,) E:2 402(Kj) 575(KCal) F: 18(g)Kol: 0(g)Sz: 87(g) Zsir: 20(g)Cuk: 2(g)Só:1,47(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 42(mg)
Uzsonna	**Kakaó** (07,) **Briós** (01,03,07,06,) **Mandarin** E:1 415(Kj) 339(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 56(g) Zsir: 7(g)Cuk: 24(g)Só:0,31(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 228(mg)	**Kifli** (01,07,) **Sonkás kocka sajt** (07,) E: 790(Kj) 189(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 30(g) Zsir: 4(g)Cuk: 3(g)Só:1,32(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 10(mg)	**Tej 1,5%** (07,) **Burgonyás pogácsa** (03,01,) **Alma** E:1 369(Kj) 327(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 44(g) Zsir: 10(g)Cuk: 15(g)Só:1,10(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 228(mg)	**Teljes kiörlésu zsemle** (01,) **Sajtkrém** (07,) **Zöldpaprika** E: 650(Kj) 156(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 25(g) Zsir: 4(g)Cuk: 0(g)Só:0,80(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 75(mg)	**Puding** (07,) **Banán** E:1 028(Kj) 246(KCal) F: 3(g)Kol: 0(g)Sz: 49(g) Zsir: 4(g)Cuk: 23(g)Só:0,15(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 4(mg)

2026.11.27.

01=Gluténtartalmú gabonafélék,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