Jakkel és Társa Kft
3564 Hernádnémeti
Rákóczi 140

Étlap (Ovoda 3-6)

2026.11.30 - 2026.12.06.

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

	Hétfõ	*Kedd*	*Szerda*	*Csütörtök*	*Péntek*
	2026.11.30	*2026.12.01.*	*2026.12.02.*	*2026.12.03.*	*2026.12.04.*
Tízórai	**Tea** **Teljes kiörlésu zsemle** (01,) **Margarin** **Felvágott párizsi** (06,)	**Tej 1,5%** (07,) **Teljes kiörlésu kenyér** (01,06,) **Körözött** (07,)	**Tea** **Kenyér** (01,06,) **Margarin** **Gépsonka**	**Tej 1,5%** (07,) **Teljes kiörlésu kenyér** (01,06,) **Kenomájas** (06,)	**Tea** **Kenyér** (01,06,) **Margarin** **Felvágott olasz** (06,)
	E:1 002(Kj) 240(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 34(g) Zsir: 9(g)Cuk: 10(g)Só:1,25(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 0(mg)	E:1 086(Kj) 260(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 30(g) Zsir: 7(g)Cuk: 12(g)Só:0,44(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 265(mg)	E: 938(Kj) 224(KCal) F: 9(g)Kol: 9(g)Sz: 38(g) Zsir: 5(g)Cuk: 10(g)Só:1,31(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 0(mg)	E:1 162(Kj) 278(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 29(g) Zsir: 10(g)Cuk: 12(g)Só:0,61(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 228(mg)	E:1 092(Kj) 261(KCal) F: 7(g)Kol: 23(g)Sz: 38(g) Zsir: 9(g)Cuk: 10(g)Só:1,21(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 0(mg)
Ebéd	**Kolozsvári gombócleves** (09,03,01,) **Sajtos tejszínes pulyka** (07,09,) **Bulgur** (01,)	**Paradicsomleves** (01,03,) **Sárgaborsó fozelék** (09,01,) **Sertéspörkölt** (09,01,) **Teljes kiörlésu kenyér** (01,06,)	**Tarhonyaleves** (01,03,09,) **Mediterrán csirkeragu** (09,) **Párolt rizs** **Vegyesvágott savanyúság** (10,12,)	**Húsleves** (01,03,09,) **Fott hús, gyümölcsmártás, fott burgonya** (01,07,)	**Brokkoli krémleves** (07,01,09,) **Leves gyöngy** (01,07,03,) **Húsos tészta** (09,07,01,03,)
	E:2 297(Kj) 549(KCal) F: 25(g)Kol: 27(g)Sz: 66(g) Zsir: 19(g)Cuk: 0(g)Só:1,14(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 50(mg)	E:2 785(Kj) 666(KCal) F: 29(g)Kol: 33(g)Sz: 73(g) Zsir: 26(g)Cuk: 16(g)Só:2,05(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	E:2 118(Kj) 507(KCal) F: 24(g)Kol: 27(g)Sz: 71(g) Zsir: 12(g)Cuk: 1(g)Só:2,32(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	E:3 281(Kj) 785(KCal) F: 30(g)Kol: 83(g)Sz: 70(g) Zsir: 41(g)Cuk: 10(g)Só:0,49(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	E:2 347(Kj) 562(KCal) F: 23(g)Kol: 33(g)Sz: 56(g) Zsir: 26(g)Cuk: 3(g)Só:1,41(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 83(mg)
Uzsonna	**Tej 1,5%** (07,) **Tatár szilvalekváros párna** (01,) **Alma**	**Kifli** (01,07,) **Natur joghurt** (07,)	**Tej 1,5%** (07,) **Zöldfüszeres-Sajtkrémes tekercs** (01,07,03,) **Narancs**	**Zsemle** (01,06,) **Vajkrém** (07,) **Retek**	**Tej 1,5%** (07,) **Tatár hot-dog** (01,07,06,03,) **Banán**
	E:1 125(Kj) 269(KCal) F: 3(g)Kol: 0(g)Sz: 32(g) Zsir: 12(g)Cuk: 14(g)Só:0,30(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 228(mg)	E: 913(Kj) 219(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 34(g) Zsir: 3(g)Cuk: 5(g)Só:1,22(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 180(mg)	E:1 266(Kj) 303(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 37(g) Zsir: 15(g)Cuk: 12(g)Só:1,05(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 228(mg)	E: 806(Kj) 193(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 32(g) Zsir: 4(g)Cuk: 1(g)Só:1,79(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 5(mg)	E:1 495(Kj) 358(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 46(g) Zsir: 13(g)Cuk: 11(g)Só:0,71(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 232(mg)

2026.12.04.

01=Gluténtartalmú gabonák,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