Chrissteam Kft
2100 Gödöllő
Zsélyi Aladár utca 28

Étlap (46.HÉT)

2026.11.09 - 2026.11.15.

Az étlapváltozatás jogát fenntartjuk !

LafiSoft program Copyright (c) 1998 -2022

	Hétfő *2026.11.09*	*Kedd* *2026.11.10.*	*Szerda* *2026.11.11.*	*Csütörtök* *2026.11.12.*	*Péntek* *2026.11.13.*
Tízórai	**Gyümölcs tea** **Félbarna kenyér** (01,) **Margarin** (07,) **Paprikás szalámi**	**Tej** (07,) **Mákos kelt fonott**	**Gyümölcs tea** **Hosszú zsemle** (01,) **Margarin** (07,) **Pulyka párizsi** (06,)	**Karamell** (07,) **Kifli** (01,)	**Gyümölcs tea** **Kenyér** (01,) **Májpástétom házi** (07,03,) **Paradicsom**
	E:1 787(Kj) 427(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 43(g) Zsir: 2(g)Cuk: 1(g)Só:0,65(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 1(mg)	E:1 600(Kj) 383(KCal) F: 16(g)Kol: 42(g)Sz: 49(g) Zsir: 13(g)Cuk: 3(g)Só:0,10(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 421(mg)	E:1 401(Kj) 335(KCal) F:164(g)Kol: 35(g)Sz: 36(g) Zsir: 8(g)Cuk: 4(g)Só:0,80(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 21(mg)	E:1 309(Kj) 313(KCal) F: 11(g)Kol: 24(g)Sz: 56(g) Zsir: 4(g)Cuk: 20(g)Só:0,10(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 236(mg)	E:1 333(Kj) 319(KCal) F: 16(g)Kol: 89(g)Sz: 35(g) Zsir: 4(g)Cuk: 4(g)Só:0,56(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 33(mg)
Ebéd	**Lencseleves** (07,01,10,) **Bugaczi sertésragu** (01,) **Bulgur** (01,)	**Májgaluska leves** (01,03,) **Burgonya főzelék** (01,07,) **Sült kolbász** **Banán**	**Zöldborsó leves** (01,09,03,) **Sertés apró vadas mártásban** (07,09,01,10,) **Makaróni köret** (01,03,) **Lila hagyma**	**Fahéjas almaleves** (07,01,) **Ketchupos csirkecomb** **Párolt rizs** **Jégsaláta**	**Frankfurti leves** (1,3,07,01,) **Túrógombóc** (07,01,03,) **Vaniliás tejföl** (07,)
	E:2 752(Kj) 658(KCal) F: 26(g)Kol: 33(g)Sz: 92(g) Zsir: 17(g)Cuk: 1(g)Só:1,02(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 79(mg)	E:3 299(Kj) 789(KCal) F: 25(g)Kol:115(g)Sz: 78(g) Zsir: 47(g)Cuk: 1(g)Só:5,76(g) Tel.Zs: 10(g)Ca: 173(mg)	E:3 353(Kj) 802(KCal) F: 30(g)Kol: 83(g)Sz:120(g) Zsir: 18(g)Cuk: 8(g)Só:2,11(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 288(mg)	E:2 573(Kj) 615(KCal) F: 17(g)Kol: 29(g)Sz:104(g) Zsir: 13(g)Cuk: 16(g)Só:1,43(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 114(mg)	E:4 122(Kj) 986(KCal) F: 44(g)Kol:228(g)Sz: 82(g) Zsir: 51(g)Cuk: 22(g)Só:1,10(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 260(mg)
Uzsonna	**Kenyér** (01,) **Sajtkrém** (07,) **Paprika**	**Kenyér** (01,) **Margarin** (07,) **Zala felvágott** **Retek**	**Teljes kiőrlésű kenyér** (01,) **Libazsír**	**Félbarna kenyér** (01,) **Margarin** (07,) **Lapka sajt** (07,) **Kígyó uborka**	**Sajtos rúd** (01,03,07,)
	E: 750(Kj) 179(KCal) F: 23(g)Kol: 13(g)Sz: 28(g) Zsir: 4(g)Cuk: 0(g)Só:0,55(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 45(mg)	E:1 164(Kj) 278(KCal) F: 9(g)Kol: 15(g)Sz: 28(g) Zsir: 5(g)Cuk: 0(g)Só:0,66(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 38(mg)	E:32 097(Kj) 7 679(KCal) F: 12(g)Kol:1 377(g)Sz: 43(g) Zsir:803(g)Cuk: 0(g)Só:0,20(g) Tel.Zs:244(g)Ca: 0(mg)	E:1 227(Kj) 294(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 34(g) Zsir: 5(g)Cuk: 0(g)Só:0,29(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 132(mg)	E: 848(Kj) 203(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 18(g) Zsir: 12(g)Cuk: 1(g)Só:0,36(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 24(mg)

01=Glutén,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,

Élelmezésvezető