Chrissteam Kft
2100 Gödöllő
Zsélyi Aladár utca 28

Étlap (47.HÉT)

2026.11.16 - 2026.11.22.

Az étlapváltozatás jogát fenntartjuk !

LafiSoft program Copyryght (c) 1998 -2022

	Hétfő	*Kedd*	*Szerda*	*Csütörtök*	*Péntek*
	2026.11.16	*2026.11.17.*	*2026.11.18.*	*2026.11.19.*	*2026.11.20.*
Tízórai	**Gyümölcs tea** **Félbarna kenyér** (01,) **Margarin** (07,) **Csemege szalámi** **Kígyó uborka**	**Tej** (07,) **Briós** (01,03,07,)	**Gyümölcs tea** **Hosszú zsemle** (01,) **Margarin** (07,) **Reszelt sajt** (07,) **Paradicsom**	**Tejeskávé** (07,) **Foszlós kalács** (01,03,)	**Gyümölcs tea** **Kenyér** (01,) **Tojáskrém** (03,07,10,) **Lila hagyma**
	E:1 827(Kj) 437(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 44(g) Zsir: 2(g)Cuk: 1(g)Só:0,68(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 13(mg)	E:1 494(Kj) 357(KCal) F: 15(g)Kol: 42(g)Sz: 44(g) Zsir: 12(g)Cuk: 2(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 362(mg)	E:1 259(Kj) 301(KCal) F:162(g)Kol: 11(g)Sz: 39(g) Zsir: 4(g)Cuk: 4(g)Só:0,30(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 91(mg)	E:1 773(Kj) 424(KCal) F: 16(g)Kol: 35(g)Sz: 67(g) Zsir: 9(g)Cuk: 10(g)Só:0,01(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 287(mg)	E: 860(Kj) 206(KCal) F: 8(g)Kol:126(g)Sz: 32(g) Zsir: 3(g)Cuk: 4(g)Só:0,39(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 31(mg)
Ebéd	**Sajtkrémleves** (07,01,) **Kölesgolyó** **Pusztapörkölt** (01,) **Vegyes vágott savanyúság**	**Gomba leves** (01,03,07,) **Paradicsommártás** (01,09,) **Főtt burgonya** **Húsgombóc** (01,03,) **Túró rudi** (07,)	**Alföldi gulyásleves** (09,01,03,) **Tejbedara** (07,01,) **Kakaó szórat**	**Csont leves** (01,03,09,) **Sólet füstölt tarjával, árpagyönggyel** (01,) **Kenyér** (01,)	**Gyümölcs leves** (07,01,) **Rakott kelkáposzta** (07,)
	E:4 718(Kj) 1 129(KCal) F: 42(g)Kol: 94(g)Sz:148(g) Zsir: 38(g)Cuk: 0(g)Só:2,50(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 229(mg)	E:2 705(Kj) 647(KCal) F: 20(g)Kol: 36(g)Sz: 98(g) Zsir: 31(g)Cuk: 19(g)Só:2,19(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 159(mg)	E:2 674(Kj) 640(KCal) F: 18(g)Kol: 48(g)Sz: 98(g) Zsir: 17(g)Cuk: 27(g)Só:0,57(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 353(mg)	E:3 098(Kj) 741(KCal) F: 34(g)Kol: 33(g)Sz:117(g) Zsir: 13(g)Cuk: 0(g)Só:2,81(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 168(mg)	E:2 426(Kj) 580(KCal) F: 18(g)Kol: 50(g)Sz: 60(g) Zsir: 26(g)Cuk: 14(g)Só:0,70(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 206(mg)
Uzsonna	**Kenyér** (01,) **Margarin** (07,) **Sárgabarack lekvár**	**Kenyér** (01,) **Margarin** (07,) **Zöldséges felvágott**	**Teljes kiőrlésű kenyér** (01,) **Magyaros vajkrém** (07,)	**Félbarna kenyér** (01,) **Margarin** (07,) **Soproni felvágott** **Zöldpaprika**	**Meggyes rétes** (01,)
	E:1 038(Kj) 248(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 37(g) Zsir: 1(g)Cuk: 10(g)Só:0,19(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 4(mg)	E:1 094(Kj) 262(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 27(g) Zsir: 4(g)Cuk: 0(g)Só:1,15(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 6(mg)	E:1 288(Kj) 308(KCal) F: 9(g)Kol: 28(g)Sz: 43(g) Zsir: 10(g)Cuk: 0(g)Só:0,20(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 3(mg)	E:1 264(Kj) 302(KCal) F: 10(g)Kol: 13(g)Sz: 33(g) Zsir: 6(g)Cuk: 0(g)Só:0,28(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 8(mg)	E:1 500(Kj) 359(KCal) F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 40(g) Zsir: 19(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(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