

Heti étlap 2025.02.24. - 2025.02.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00121) Iskolás menü 11-14 éves					
		Gyümölcs tea, Füstölt sajt, Margarin, Félbarna kenyér, Uborka	Vanília ízű tej, Vaj, Félbarna kenyér	Gyümölcs tea, Padlizsánkrém, Teljes kiörlésű kenyér	Citromos tea, Zöldfűszeres vajkrém, Félbarna kenyér, Paradicsom	Gyümölcs tea, Kópé felvágott, Margarin, Teljes kiörlésű kenyér
		Energia: 325.34 Kcal / 1,359.92 KJ	Energia: 362.57 Kcal / 1,515.54 KJ	Energia: 276.12 Kcal / 1,154.18 KJ	Energia: 317.82 Kcal / 1,328.49 KJ	Energia: 305.38 Kcal / 1,276.49 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav 12.42 g 9.88 g 4.27 g Szénhidrát Cukor Só 45.62 g 9.09 g 1.45 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 13.86 g 11.78 g 7.51 g Szénhidrát Cukor Só 49.23 g 2.68 g 1.36 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 6.36 g 7.15 g 1.02 g Szénhidrát Cukor Só 43.25 g 9.13 g 1.58 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 7.46 g 4.60 g 1.94 g Szénhidrát Cukor Só 48.82 g 11.99 g 1.05 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 8.35 g 9.99 g 2.46 g Szénhidrát Cukor Só 43.10 g 9.13 g 1.11 g
		1,7,(6)	1,7,(6)	1,3,10,(7)	1,7,(6)	1,(6),(7)
Ebéd	(00121) Iskolás menü 11-14 éves					
		Rántott leves, Píritott zsemlekocka, Zöldborsófőzelék, Grill csirkemell, Kukoricás kenyér	Bakonyi betyárleves, Gránátos kocka, Vágott vegyes savanyú	Májgaluska leves, Rakott brokkoli bulgurral, Alma	Jókai bableves, Házi sajtos pogácsa, Túró rudi	GesztenyekréMLEves, Rántott sertésborda, Karottás rizs, Csemege uborka édesítőszerrel
		Energia: 561.12 Kcal / 2,345.48 KJ	Energia: 790.82 Kcal / 3,305.63 KJ	Energia: 854.44 Kcal / 3,571.56 KJ	Energia: 883.21 Kcal / 3,691.82 KJ	Energia: 1,038.83 Kcal / 4,342.31 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav 35.91 g 16.95 g 2.37 g Szénhidrát Cukor Só 65.13 g 4.50 g 3.31 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 30.81 g 25.61 g 5.53 g Szénhidrát Cukor Só 106.30 g 0.02 g 2.31 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 41.84 g 48.10 g 10.83 g Szénhidrát Cukor Só 81.12 g 0.00 g 3.43 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 32.05 g 45.97 g 13.43 g Szénhidrát Cukor Só 88.52 g 8.58 g 3.94 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 33.39 g 34.32 g 7.20 g Szénhidrát Cukor Só 147.84 g 31.04 g 4.51 g
		1,7	1,3,7,9,(12)	1,3,7	1,3,7	1,3,7,10
Uzsonna	(00121) Iskolás menü 11-14 éves					
		Pick viaszos borjómájas, Teljes kiörlésű zsemle, Kaliforniai paprika	Kolbászkrém, Teljes kiörlésű zsemle, Lilahagyma	Gépsonka, Margarin, Hosszú zsemle, Jégrettek	Sertés párizsi, Margarin, Korpás zsemle, Jégsaláta	Túrós táska
		Energia: 286.20 Kcal / 1,196.32 KJ	Energia: 353.67 Kcal / 1,478.34 KJ	Energia: 187.09 Kcal / 782.04 KJ	Energia: 213.29 Kcal / 891.55 KJ	Energia: 71.96 Kcal / 300.79 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav 6.27 g 5.02 g 2.06 g Szénhidrát Cukor Só 19.78 g 0.00 g 0.86 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 7.37 g 8.54 g 2.50 g Szénhidrát Cukor Só 22.24 g 0.06 g 1.09 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 8.96 g 7.08 g 2.38 g Szénhidrát Cukor Só 21.90 g 0.10 g 1.48 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 8.25 g 9.26 g 2.58 g Szénhidrát Cukor Só 24.85 g 0.08 g 1.12 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 2.49 g 1.38 g 0.00 g Szénhidrát Cukor Só 11.84 g 0.00 g 0.00 g
		1,(6),(7),(10)	1,7	1,3,7,(6)	1,(6),(7)	

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!