

Heti étlap 2026.02.23. - 2026.02.27.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00120) Iskolás menü 7-10 éves					
		Forralt tej[7], Vajas méz [7], Félbarna kenyér[1]	Gyümölcs tea, Sajtkrém[7,(1)], Teljes kiőrlésű kenyér[1], Paradicsom	Joghurt[7,(1)], Molnárka[1,3,7]	Citromos tea, Tonhalkrém[7], Magvas kenyér[1]	Gyümölcs tea, Padlizsánkrém [3,10,(1,7)], Teljes kiőrlésű kenyér[1]
		Energia: 357.84 Kcal / 1,495.77 KJ	Energia: 243.82 Kcal / 1,019.17 KJ	Energia: 338.84 Kcal / 1,416.35 KJ	Energia: 263.08 Kcal / 1,099.67 KJ	Energia: 268.41 Kcal / 1,121.95 KJ
		Fehérje 12.88 g Zsír 11.68 g Szénhidrát 49.35 g T.Zsír 7.50 g Só 1.18 g	Fehérje 7.00 g Zsír 5.20 g Szénhidrát 40.20 g T.Zsír 2.01 g Só 9.19 g	Fehérje 6.33 g Zsír 9.49 g Szénhidrát 52.25 g T.Zsír 4.03 g Só 0.89 g	Fehérje 11.81 g Zsír 7.23 g Szénhidrát 37.03 g T.Zsír 1.21 g Só 1.38 g	Fehérje 5.71 g Zsír 6.87 g Szénhidrát 39.00 g T.Zsír 0.96 g Só 1.44 g
		1,7	1,7	1,3,7	1,7	1,3,10,(7)
Ebéd	(00120) Iskolás menü 7-10 éves					
		Magyaros burgonyaleves[1,9], Tavaszi rizseshús, Csemege uborka édesítőszerrel[10]	Csontleves zöldséggel [1,3,9], Vagdalt[1,3], Sárgaborsó főzelék[1], Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Csurgatott tojásleves [1,3], Borsos tokány[1], Jázmin rizs, Alma	Gulyásleves[9,(1)], Ezüstgaluska mákkal [1,3,7], Meggyes vaníliásodó[1,7]	Zöldbableves[1,3,7], Dijoni sertésszelet [1,7,10,(12)], Petrezselymes burgonya (7), Mandarin
		Energia: 547.15 Kcal / 2,287.09 KJ	Energia: 900.57 Kcal / 3,764.38 KJ	Energia: 788.26 Kcal / 3,294.93 KJ	Energia: 758.03 Kcal / 3,168.57 KJ	Energia: 665.42 Kcal / 2,781.46 KJ
		Fehérje 23.04 g Zsír 13.22 g Szénhidrát 81.43 g T.Zsír 1.57 g Só 4.09 g	Fehérje 38.53 g Zsír 37.35 g Szénhidrát 101.24 g T.Zsír 8.01 g Só 0.12 g	Fehérje 25.52 g Zsír 35.17 g Szénhidrát 90.33 g T.Zsír 5.47 g Só 1.41 g	Fehérje 31.72 g Zsír 25.02 g Szénhidrát 98.26 g T.Zsír 5.69 g Só 1.47 g	Fehérje 28.89 g Zsír 23.33 g Szénhidrát 79.74 g T.Zsír 6.74 g Só 2.55 g
		1,9,10	1,3,9	1,3	1,3,7,9	1,3,7,10,(12)
Uzsonna	(00120) Iskolás menü 7-10 éves					
		Gépsonka(1,6,7), Margarin, Korpás zsemle[1], Zöldpaprika	Sertés párizsi(1,6,7), Margarin, Vizes zsemle[1], Jégcsapretek	Szalámi krém [7,10,(1,6,12)], Teljes kiőrlésű zsemle[1], Kaliforniai paprika	Zala felvágott(1,6,7), Margarin, Korpás zsemle[1], Jégsláta	Almás croissant [1,7,(6,11,12)]
		Energia: 176.11 Kcal / 736.14 KJ	Energia: 222.04 Kcal / 928.13 KJ	Energia: 303.40 Kcal / 1,268.21 KJ	Energia: 205.18 Kcal / 857.65 KJ	Energia: 296.78 Kcal / 1,240.54 KJ
		Fehérje 8.41 g Zsír 5.24 g Szénhidrát 25.35 g T.Zsír 0.96 g Só 1.25 g	Fehérje 6.85 g Zsír 10.10 g Szénhidrát 23.81 g T.Zsír 2.81 g Só 1.08 g	Fehérje 6.93 g Zsír 3.78 g Szénhidrát 20.45 g T.Zsír 1.08 g Só 0.79 g	Fehérje 8.15 g Zsír 8.88 g Szénhidrát 25.15 g T.Zsír 2.18 g Só 1.24 g	Fehérje 5.94 g Zsír 10.60 g Szénhidrát 43.66 g T.Zsír 2.94 g Só 0.58 g
		1,(6),(7)	1,(6),(7)	1,7,10,(6),(12)	1,(6),(7)	1,7,(6),(11),(12)

Az étlapváltás jogát fenntartjuk!

1/1

Oldalak