

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2026.08.03.	Tej (2)*; Liga Margarin; Fonottka (1, 2)*;	Őszibarack krémleves (1, 2)*; Rántott csirkemell (1, 2, 3)*; Törtburgonya (5)*; Vegyes saláta;	Kockasajt (2)*; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Alma;
	EN=279,10kcal FH=11,60g ZS=7,60g SZH=40,80g CK=13,80g SÓ=0,90g TZS=3,90g	EN=767,20kcal FH=22,50g ZS=19,80g SZH=119,40g CK=45,70g SÓ=2,20g TZS=1,70g	EN=286,20kcal FH=9,00g ZS=10,00g SZH=39,90g CK=0,50g SÓ=2,10g TZS=5,40g
KEDD 2026.08.04.	Eper ízű tej (2)*; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Tárkonyos csirkeragu leves (1, 3, 5)*; Kukorica prósza (1, 2, 3)*; Erdei gyümölcs öntet (1, 2)*; Alma;	Méz; Teavaj (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;
	EN=402,30kcal FH=18,00g ZS=13,20g SZH=51,70g CK=12,60g SÓ=1,90g TZS=5,40g	EN=921,80kcal FH=28,30g ZS=33,80g SZH=121,10g CK=50,70g SÓ=1,10g TZS=5,00g	EN=266,20kcal FH=5,20g ZS=10,40g SZH=39,50g CK=12,70g SÓ=0,80g TZS=7,00g
SZERDA 2026.08.05.	Erdi gyümölcs tea; Napraforgómagos vajkrém (2, 6, 8, 12, 13)*; Kigýóuborka; Félbarna kenyér (1)*;	Lencseleves sertéshússal (1, 2, 5, 11)*; Kakaós cukor (1, 4, 13)*; Tejbedara (1, 2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Liga Margarin; Fonott kalács (1, 2, 3)*;
	EN=257,80kcal FH=6,90g ZS=5,30g SZH=45,10g CK=9,80g SÓ=0,90g TZS=0,10g	EN=825,80kcal FH=36,70g ZS=24,80g SZH=110,10g CK=42,90g SÓ=1,40g TZS=3,80g	EN=364,80kcal FH=8,00g ZS=10,00g SZH=59,20g CK=10,00g SÓ=0,80g TZS=4,40g
CSÜTÖRTÖK 2026.08.06.	Limonádé; Zöldpaprika; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Hentes tokány (1, 11, 15)*; Párolt rizs (5)*; Alma;	Kakaós csiga (1, 2)*;
	EN=260,40kcal FH=8,40g ZS=6,50g SZH=41,30g CK=9,80g SÓ=1,50g TZS=3,90g	EN=834,00kcal FH=27,40g ZS=40,40g SZH=105,90g CK=2,10g SÓ=1,90g TZS=3,30g	EN=275,80kcal FH=4,10g ZS=13,60g SZH=33,00g CK=12,90g SÓ=0,70g TZS=6,90g
PÉNTEK 2026.08.07.	Meggyes gyümölcs Tea; Vaníliás krémturó (1, 2, 13)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Lebbencsleves (1, 5)*; Sült debreceni kolbász (1, 4, 11)*; Zöldbabfőzelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Liga Margarin; Napraforgómagos fonottka (1, 2, 3)*; Őszibarack;
	EN=240,70kcal FH=11,00g ZS=3,10g SZH=41,50g CK=13,00g SÓ=0,80g TZS=0,20g	EN=768,70kcal FH=25,90g ZS=33,60g SZH=86,00g CK=12,40g SÓ=2,90g TZS=8,70g	EN=307,20kcal FH=6,40g ZS=9,30g SZH=47,50g CK=6,10g SÓ=0,50g TZS=3,30g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

6724 Szeged, Kenyérgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Iskola 'A'

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ; TZS=Telített zsír; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfű; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
SZOMBAT 2026.08.08.	Meggyes gyümölcs Tea; Liga Margarin; Zala felvágott (4)*; Fonottka (1, 2)*;	Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Ízes fánk (1, 2, 3)*; Körte;	Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Kakaókrém (2, 4)*;
	EN=291,80kcal FH=9,80g ZS=10,60g SZH=39,20g CK=11,20g SÓ=1,50g TZS=3,80g	EN=766,10kcal FH=26,50g ZS=18,90g SZH=117,60g CK=35,30g SÓ=1,90g TZS=5,10g	EN=275,90kcal FH=6,40g ZS=9,10g SZH=41,60g CK=10,20g SÓ=0,80g TZS=2,00g
VASÁRNAP 2026.08.09.			

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

6724 Szeged, Kenyérgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Iskola 'A'

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ; TZS=Telített zsír; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2026.08.10.	Limonádé; Diákcsemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű zsemle (1)*;	Körtekrémleves (1, 2)*; Csirke nuggets (1, 2, 3, 4, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Csemege uborka (11, 15)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*;	Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=289,50kcal FH=8,00g ZS=12,40g SZH=33,90g CK=10,00g SÓ=1,50g TZS=4,90g	EN=727,60kcal FH=17,50g ZS=20,70g SZH=112,10g CK=35,20g SÓ=3,20g TZS=4,70g	EN=347,30kcal FH=19,00g ZS=14,70g SZH=35,00g CK=0,90g SÓ=1,90g TZS=8,30g
KEDD 2026.08.11.	Meggyes gyümölcs Tea; Kenőmájas (1, 2, 4)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Kertészleves (1, 3, 5)*; Húsos lecsó; Szelet kenyér (1)*;	Sajtkrém (2, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=281,50kcal FH=9,30g ZS=10,20g SZH=37,80g CK=9,90g SÓ=1,70g TZS=4,10g	EN=809,80kcal FH=30,20g ZS=30,70g SZH=117,10g CK=13,00g SÓ=4,80g TZS=1,00g	EN=234,20kcal FH=7,90g ZS=6,30g SZH=36,60g CK=0,80g SÓ=1,50g TZS=3,80g
SZERDA 2026.08.12.	Gyümölcsös krémm joghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	Favágóleves (1, 2, 3, 5)*; Forgatott burgonya kocka (5)*; Sajtos korong (1, 2, 3, 4, 11)*; Szelet kenyér (1)*;	Teavaj (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=251,80kcal FH=7,60g ZS=5,20g SZH=42,30g CK=17,80g SÓ=0,70g TZS=3,40g	EN=838,40kcal FH=32,40g ZS=33,10g SZH=96,30g CK=2,20g SÓ=3,60g TZS=3,90g	EN=232,70kcal FH=5,70g ZS=10,50g SZH=29,10g CK=0,40g SÓ=0,80g TZS=7,00g
CSÜTÖRTÖK 2026.08.13.	Tiramisu ízű tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Rostos gyümölcslé; Bakonyi szelet (1, 2, 5)*; Szarvacska tészta (1)*; Sport szelet (2, 6, 8)*;	Soproni felvágott (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=321,70kcal FH=12,10g ZS=7,40g SZH=51,00g CK=17,70g SÓ=0,60g TZS=4,00g	EN=805,00kcal FH=31,90g ZS=38,90g SZH=98,00g CK=6,20g SÓ=0,70g TZS=1,40g	EN=270,70kcal FH=11,00g ZS=11,90g SZH=30,00g CK=0,70g SÓ=1,70g TZS=4,40g
PÉNTEK 2026.08.14.	Tej (2)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Paradicsomleves betűtésztával (1, 3, 5)*; Szárnyas rizottó (5)*; Fejeskáposzta-saláta;	Barackos háromszög (1, 2)*;
	EN=272,00kcal FH=13,60g ZS=6,80g SZH=39,50g CK=12,00g SÓ=1,10g TZS=3,10g	EN=773,20kcal FH=37,70g ZS=23,30g SZH=120,70g CK=28,20g SÓ=1,60g TZS=2,00g	EN=282,80kcal FH=3,80g ZS=10,20g SZH=43,30g CK=16,70g SÓ=0,40g TZS=4,60g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

6724 Szeged, Kenyérgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Iskola 'A'

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ; TZS=Telített zsír; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2026.08.17.	Tej (2)*; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Csirkeraguleves (1, 3, 5)*; Rántott sajt (1, 2, 3)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Majonéz (3, 11)*;	Liga Margarin; Baracklekvár; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;
	EN=381,00kcal FH=18,60g ZS=13,40g SZH=47,10g CK=12,60g SÓ=1,90g TZS=5,40g	EN=813,10kcal FH=34,80g ZS=31,70g SZH=92,30g CK=6,30g SÓ=2,00g TZS=2,10g	EN=229,80kcal FH=5,40g ZS=3,00g SZH=45,30g CK=18,50g SÓ=0,90g TZS=0,90g
KEDD 2026.08.18.	Citromos tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4, 11)*; Ketchup;	Palócleves (1, 2, 3, 5)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*; Alma;	Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=299,60kcal FH=9,00g ZS=9,70g SZH=38,80g CK=10,20g SÓ=1,60g TZS=3,20g	EN=838,20kcal FH=25,30g ZS=36,50g SZH=97,70g CK=20,20g SÓ=0,70g TZS=2,80g	EN=219,90kcal FH=8,30g ZS=6,40g SZH=32,30g CK=0,40g SÓ=1,50g TZS=3,90g
SZERDA 2026.08.19.	Gyümölcsös joghurt (1, 2)*; Teljes kiörlésű egyenes kifli (1)*; Alma;	Tejszínes eperleves (1, 2)*; Temesvári sertés szelet (1, 2, 3, 5)*; Kukoricás bulgur (1, 5)*;	Pizzás csiga (1, 2, 4)*;
	EN=286,70kcal FH=8,90g ZS=4,60g SZH=49,70g CK=16,60g SÓ=0,80g TZS=3,10g	EN=762,40kcal FH=35,00g ZS=25,40g SZH=87,80g CK=16,10g SÓ=1,30g TZS=2,40g	EN=349,60kcal FH=8,80g ZS=17,60g SZH=37,60g CK=3,40g SÓ=1,50g TZS=9,60g
CSÜTÖRTÖK 2026.08.20.			
PÉNTEK 2026.08.21.			

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

6724 Szeged, Kenyérgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Iskola 'A'

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ; TZS=Telített zsír; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfű; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2026.08.24.	Tej (2)*; Dzsungel reggeliző hely (1)*;	Gyümölcsleves (1, 2)*; Sajtos panírozott halfilé (1, 2, 3, 4, 9)*; Kuskusz (1, 5)*; Fejeskáposzta-saláta;	Sárgarépa; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű zsemle (1)*;
	EN=263,20kcal FH=10,70g ZS=5,00g SZH=45,00g CK=12,30g SÓ=0,60g TZS=2,50g	EN=837,00kcal FH=26,00g ZS=23,20g SZH=127,20g CK=35,60g SÓ=2,00g TZS=3,30g	EN=247,30kcal FH=9,80g ZS=9,50g SZH=28,90g CK=3,20g SÓ=1,50g TZS=3,50g
KEDD 2026.08.25.	Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Kefír (2)*;	Tejfölös karfiolleves (1, 2, 3, 5)*; Paprikásburgonya (1, 3, 5)*; Uborkasaláta; Szelet kenyér (1)*;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=224,40kcal FH=10,00g ZS=5,80g SZH=32,80g CK=6,10g SÓ=1,00g TZS=3,60g	EN=873,70kcal FH=35,40g ZS=34,30g SZH=103,00g CK=8,40g SÓ=2,50g TZS=1,00g	EN=272,30kcal FH=9,40g ZS=13,10g SZH=29,20g CK=0,50g SÓ=1,70g TZS=5,10g
SZERDA 2026.08.26.	Tej (2)*; Fonottka 'Teljes kiőrlésű' (1, 2, 3)*; Liga Margarin;	Gombaleves (1, 2, 3, 5)*; Mézes-mustáros csirke csíkok (1, 5, 11)*; Párolt rizs (5)*; Barackos croissant (1, 2)*;	Vajkrém (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=304,60kcal FH=12,10g ZS=9,70g SZH=42,90g CK=11,90g SÓ=0,60g TZS=3,20g	EN=853,80kcal FH=34,60g ZS=34,60g SZH=121,10g CK=8,20g SÓ=1,80g TZS=7,50g	EN=194,10kcal FH=6,60g ZS=5,10g SZH=30,40g CK=0,40g SÓ=0,90g TZS=0,20g
CSÜTÖRTÖK 2026.08.27.	Madártej ízű tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Darás metélt (1)*; Baracklekvár; Porcukor (1, 13)*;	Teavaj (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka;
	EN=322,30kcal FH=12,10g ZS=7,40g SZH=51,00g CK=17,70g SÓ=0,60g TZS=4,10g	EN=816,50kcal FH=24,90g ZS=26,80g SZH=116,00g CK=31,80g SÓ=0,70g TZS=1,50g	EN=253,00kcal FH=5,80g ZS=10,40g SZH=34,20g CK=0,80g SÓ=0,80g TZS=6,90g
PÉNTEK 2026.08.28.	Citromos tea; Kenőmájas (1, 2, 4)*; Fonottka 'Teljes kiőrlésű' (1, 2, 3)*;	Csontleves (1, 3, 5)*; Magyaros sült csirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Vegyes gyümölcsmártás (1, 2)*; Főtt burgonya 1/2; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*;	Sajtos rúd (1, 2, 3)*;
	EN=316,70kcal FH=8,50g ZS=13,10g SZH=41,20g CK=9,50g SÓ=1,10g TZS=3,90g	EN=753,40kcal FH=37,40g ZS=15,20g SZH=102,00g CK=40,10g SÓ=1,70g TZS=1,40g	EN=318,50kcal FH=6,10g ZS=19,90g SZH=27,80g CK=1,30g SÓ=1,50g TZS=9,90g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

6724 Szeged, Kenyérgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Iskola 'A'

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ; TZS=Telített zsír; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2026.08.31.	Tej (2)*; Liga Margarin; Göcseji csirkemellsonka (4)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Limonádé; Sertéspörkölt (1)*; Tarhonya (1)*; Fejeskáposzta-saláta;	Fahéjas csiga (1, 2)*;
	EN=310,80kcal FH=19,20g ZS=8,80g SZH=39,40g CK=12,50g SÓ=2,20g TZS=4,10g	EN=734,50kcal FH=28,40g ZS=32,60g SZH=78,00g CK=19,10g SÓ=1,10g TZS=1,00g	EN=275,80kcal FH=3,80g ZS=10,80g SZH=40,50g CK=13,80g SÓ=0,50g TZS=5,50g
KEDD 2026.09.01.			
SZERDA 2026.09.02.			
CSÜTÖRTÖK 2026.09.03.			
PÉNTEK 2026.09.04.			

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

6724 Szeged, Kenyérgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Iskola 'A'

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ; TZS=Telített zsír; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-en szereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: Iskola 'A' Időszak: 2026.08.01.-től 2026.08.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma	37,20kcal	0,50g	0,00g	8,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Bakonyi szelet Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Sertés karaj 'csn' szeletelt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	221,40kcal	22,10g	12,20g	4,50g	0,30g	0,50g	0,50g
Baracklekvár Összetétel: Sárgabarack lekvár	73,80kcal	0,10g	0,00g	18,10g	18,00g	0,00g	0,00g
Barackos croissant Összetétel: Croissant barack ízű töltelékkel 45g csomagolt, Croissant barack ízű töltelékkel 65g csomagolt	260,60kcal	3,80g	12,70g	34,40g	0,00g	0,50g	5,80g
Barackos háromszög Összetétel: Fagy. barackos háromszög 50g, Fagy. barackos háromszög 70g	282,80kcal	3,80g	10,20g	43,30g	16,70g	0,40g	4,60g
Citromos tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	36,50kcal	0,00g	0,00g	9,00g	9,00g	0,00g	0,00g
Csemege szálami Összetétel: Csemege szálami	104,80kcal	3,60g	10,00g	0,00g	0,00g	0,80g	4,20g
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	14,00kcal	0,60g	0,10g	2,40g	1,90g	1,50g	0,00g
Csirke nuggets Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Csirke nuggets	205,10kcal	8,80g	10,40g	18,40g	0,00g	1,20g	3,10g
Csirkeraguleves Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	253,60kcal	18,90g	6,80g	27,80g	4,00g	0,50g	0,50g
Csontleves Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	127,60kcal	3,90g	3,00g	20,70g	1,40g	0,50g	0,40g
Daragaluskaleves Összetétel: Búzadara, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	220,10kcal	6,40g	5,20g	35,10g	1,50g	0,60g	0,70g
Darás metélt Összetétel: Búzadara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	419,20kcal	11,10g	9,50g	71,70g	2,80g	0,20g	1,10g
Diákcsemege szálami Összetétel: Diákcsemege szálami	99,40kcal	3,60g	9,40g	0,10g	0,10g	0,80g	3,80g
Dzsungel reggeliző pehely Összetétel: Dzsungel reggeliző pehely	153,20kcal	3,20g	1,20g	33,20g	0,50g	0,30g	0,00g
Eper ízű tej Összetétel: Gf instant eper ízű tejélesztő, Tej '1,5%'	141,30kcal	7,80g	3,80g	17,60g	11,50g	0,20g	2,20g
Erdei gyümölcs öntet Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fagy. erdei keverék, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg	126,90kcal	1,30g	0,60g	28,00g	19,50g	0,30g	0,20g
Erdei gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,10g	0,00g	9,50g	9,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-en szereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: Iskola 'A' Időszak: 2026.08.01.-től 2026.08.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Fahéjas csiga Összetétel: Fahéjas csiga 50g, Fahéjas csiga 70g	275,80kcal	3,80g	10,80g	40,50g	13,80g	0,50g	5,50g
Fatörzskifli Összetétel: Fatörzskifli 57g	180,10kcal	4,30g	3,60g	31,50g	6,20g	0,40g	1,80g
Favágóleves Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	227,30kcal	12,00g	16,30g	6,40g	1,40g	0,70g	0,30g
Fejeskáposzta-saláta Összetétel: 10%-os ételecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	57,30kcal	1,60g	0,20g	11,90g	6,00g	0,20g	0,00g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	160,20kcal	5,30g	0,60g	33,40g	0,80g	0,80g	0,10g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	80,10kcal	2,70g	0,30g	16,70g	0,40g	0,40g	0,00g
Fonott kalács Összetétel: Fonott kalács, Fonott kalács	343,20kcal	7,90g	7,60g	59,10g	9,90g	0,70g	3,70g
Fonottka Összetétel: Fonottka 50g	147,50kcal	4,00g	1,40g	28,90g	1,90g	0,50g	0,70g
Fonottka 'Teljes kiőrlésű' Összetétel: Teljes kiőrlésű fonottka 50g	173,00kcal	4,50g	3,50g	31,00g	0,00g	0,20g	0,00g
Forgatott burgonya kocka Összetétel: Burgonya, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	256,50kcal	5,50g	6,20g	40,50g	0,00g	0,70g	0,60g
Főtt burgonya 1/2 Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott, főzővíz'	103,40kcal	2,80g	0,30g	20,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Gombaleves Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	97,40kcal	3,60g	3,30g	12,60g	1,10g	0,50g	0,30g
Göcseji csirkemellsonka Összetétel: Felvágott- Göcseji csirkemellsonka szeletelt	44,80kcal	6,40g	2,00g	0,40g	0,20g	1,00g	0,70g
Gyümölcsleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fagy. meggy, Fagy. ribizli, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	190,80kcal	2,60g	2,30g	38,90g	24,40g	0,10g	0,50g
Gyümölcsös joghurt Összetétel: Gyümölcsös krémm joghurt 125g	125,00kcal	4,10g	4,00g	17,50g	16,20g	0,20g	2,80g
Gyümölcsös krémm joghurt Összetétel: Gyümölcsös krémm joghurt 125g	125,00kcal	4,10g	4,00g	17,50g	16,20g	0,20g	2,80g
Hentes tokány Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	322,90kcal	15,90g	24,90g	6,80g	0,40g	0,90g	1,50g
Hot-Dog Összetétel: Hosszú zsemle53g, Ketchup, Mustár, Vírslí, Vírslí Pulyka Gallicoop	242,20kcal	8,90g	9,70g	28,70g	0,30g	1,40g	3,20g

Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-en szereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: Iskola 'A' Időszak: 2026.08.01.-től 2026.08.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Húsgombóclevés Összetétel: Babérlevél, Citromlé 40%, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojáspor, Vöröshagyma	283,50kcal	13,70g	17,30g	16,20g	1,00g	0,50g	0,40g
Húsos lecsó Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Kristálycukor, Natúr 30%-os lecsó, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	540,10kcal	21,20g	27,60g	66,30g	10,60g	3,50g	0,60g
Ízes fánk Összetétel: Bécsi fánk áfonyás 70g	445,20kcal	9,10g	11,30g	73,90g	33,30g	1,10g	4,50g
Kakaókrém Összetétel: Kakaókrém	141,50kcal	1,20g	8,50g	14,50g	9,80g	0,00g	1,80g
Kakaós csiga Összetétel: Fagy. kakaós csiga 50g, Fagy. kakaós csiga 70g	275,80kcal	4,10g	13,60g	33,00g	12,90g	0,70g	6,90g
Kakaós cukor Összetétel: Kakaópor 22%, Porcukor	78,80kcal	1,00g	1,00g	15,60g	15,00g	0,00g	0,60g
Kefír Összetétel: Kefír	90,00kcal	4,80g	5,20g	5,70g	5,70g	0,20g	3,40g
Kenőmájás Összetétel: Kenőmájás	107,20kcal	4,00g	9,60g	1,20g	0,50g	0,90g	3,90g
Kertészleves Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Kelkáposzta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	109,50kcal	3,70g	2,50g	17,40g	1,60g	0,50g	0,30g
Ketchup Összetétel: Ketchup	20,90kcal	0,10g	0,00g	1,10g	0,90g	0,20g	0,00g
Kifli Összetétel: Kifli 43g	126,80kcal	3,50g	1,20g	24,80g	1,60g	0,50g	0,60g
Kígyóuborka Összetétel: Kígyó uborka	6,00kcal	0,50g	0,00g	0,80g	0,00g	0,00g	0,00g
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	93,00kcal	3,20g	7,00g	4,30g	0,00g	1,20g	4,50g
Körte Összetétel: Körte	62,40kcal	0,50g	0,00g	14,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Körtekrémleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. körte, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Vaníliás cukor	144,90kcal	1,30g	0,70g	33,50g	26,10g	0,10g	0,20g
Kukorica prósza Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Kefír literes, Kristálycukor, Kukoricadara, Tejföl '12%', Tojáslé	582,20kcal	11,10g	27,20g	70,50g	29,40g	0,20g	4,40g
Kukoricás bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	372,50kcal	9,80g	10,10g	52,90g	1,90g	0,60g	1,30g
Kuskusz Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Kuskusz, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	348,80kcal	9,70g	9,80g	53,30g	3,40g	0,60g	1,20g

Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-en szereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: Iskola 'A' Időszak: 2026.08.01.-től 2026.08.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Lapkasajt Összetétel: Lapkasajt	155,50kcal	13,00g	11,50g	0,00g	0,00g	1,00g	7,50g
Lebbencsleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes nagykocka tészta, Vöröshagyma	202,30kcal	5,70g	4,10g	33,60g	2,70g	0,70g	0,80g
Lencseleves sertéshússal Összetétel: 10%-os ételcset, Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Lencse, Mustár, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	353,20kcal	19,60g	18,60g	24,40g	2,30g	0,50g	0,40g
Liga Margarin Összetétel: Liga margarin	21,60kcal	0,10g	2,40g	0,10g	0,10g	0,10g	0,70g
Limonádé Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor	42,00kcal	0,00g	0,00g	9,50g	9,40g	0,00g	0,00g
Madártej ízű tej Összetétel: Gf instant madártej ízű tejjesítő, Tej '1,5%'	142,20kcal	7,80g	3,80g	19,50g	11,50g	0,20g	2,30g
Magyaros sült csirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. pritamin paprika, Natúr 30%-os lecsó, Só 'jódozott', Szárnyas fűszerkeverék, Vöröshagyma	246,70kcal	27,50g	9,70g	2,20g	0,40g	0,80g	0,10g
Májgaluskaleves Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Majoranna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés máj, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	258,50kcal	16,90g	7,60g	29,30g	2,00g	0,80g	0,60g
Majonéz Összetétel: Majonéz	56,80kcal	0,20g	5,20g	2,40g	1,30g	0,30g	0,70g
Máros cukor Összetétel: Mák, Porcukor	222,00kcal	3,60g	12,00g	23,40g	15,90g	0,00g	1,50g
Máros metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	308,60kcal	8,50g	7,40g	51,90g	2,80g	0,20g	0,90g
Meggyes gyümölcs Tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,10g	0,00g	9,50g	9,00g	0,00g	0,00g
Méz Összetétel: Vegyes virág méz	45,00kcal	0,00g	0,00g	12,40g	12,30g	0,00g	0,00g
Mézes-mustáros csirke csíkok Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vegyes virág méz, Vöröshagyma	242,00kcal	22,60g	8,30g	18,50g	6,90g	0,40g	0,30g
Müzli szelet Összetétel: Müzli szelet 20g	78,60kcal	0,90g	1,40g	15,20g	7,00g	0,00g	0,60g
Napraforgómagos fonottka Összetétel: Kelt fonottka napraforgómaggal	236,40kcal	5,50g	6,90g	36,60g	6,00g	0,40g	2,60g
Napraforgómagos vajkrém Összetétel: Napraforgómag hántolt, Natúr vajkrém	51,70kcal	1,00g	4,70g	1,40g	0,00g	0,10g	0,00g
Őszibarack Összetétel: Őszibarack	49,20kcal	0,80g	0,00g	10,80g	0,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-en szereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: Iskola 'A' Időszak: 2026.08.01.-től 2026.08.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Öszibarack krémleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. öszibarack, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg	173,30kcal	2,20g	1,30g	38,30g	26,60g	0,10g	0,40g
Palócleves Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos kiskocka tészta, Vöröshagyma	270,40kcal	12,70g	17,10g	14,00g	1,50g	0,50g	0,40g
Paprikásburgonya Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. galuska, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	609,50kcal	26,70g	30,30g	55,60g	0,80g	0,80g	0,60g
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	11,50kcal	0,50g	0,10g	2,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Paradicsomleves betűtésztával Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tojásos betű tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	235,70kcal	5,60g	5,40g	40,60g	18,80g	0,50g	0,60g
Párolt rizs Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	253,80kcal	4,60g	10,30g	55,60g	0,20g	0,40g	1,10g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz'	285,00kcal	5,90g	8,10g	42,60g	0,20g	0,40g	0,80g
Pizzás csiga Összetétel: Pizzás csiga 50g, Pizzás csiga 70g	349,60kcal	8,80g	17,60g	37,60g	3,40g	1,50g	9,60g
Porcukor Összetétel: Porcukor	40,00kcal	0,00g	0,00g	10,00g	10,00g	0,00g	0,00g
Rántott csirkemell Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Rántott csirkemell filé	189,00kcal	13,00g	6,60g	19,00g	4,20g	1,50g	0,10g
Rántott sajt Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. panírozott sajt	217,70kcal	9,80g	11,60g	19,50g	0,80g	0,80g	0,10g
Rostos gyümölcslé Összetétel: Gyümölcslé sűrítmény	14,00kcal	0,10g	0,10g	3,20g	3,10g	0,00g	0,00g
Sajtkrém Összetétel: Natúr sajtkrém	74,00kcal	2,60g	5,70g	3,20g	0,00g	0,70g	3,70g
Sajtos korong Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Sajtos korong Hungerit	194,40kcal	9,60g	10,00g	16,00g	0,00g	1,40g	2,90g
Sajtos panírozott halfilé Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Halfilé sajttal	240,10kcal	12,10g	10,90g	23,10g	1,80g	1,10g	1,60g
Sajtos rúd Összetétel: Fagy. sajtos rúd 50 g, Fagy. sajtos rúd 70 g	318,50kcal	6,10g	19,90g	27,80g	1,30g	1,50g	9,90g
Sárgarépa Összetétel: Sárgarépa	20,00kcal	0,60g	0,10g	4,00g	2,50g	0,00g	0,00g
Sertés párizsi Összetétel: Sertés párizsi	79,20kcal	4,80g	6,40g	0,60g	0,20g	0,80g	2,40g

Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-en szereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2026.08.01.-től 2026.08.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sertés párizsi Összetétel: Sertés párizsi	79,20kcal	4,80g	6,40g	0,60g	0,20g	0,80g	2,40g
Sertéspörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	340,90kcal	18,20g	26,80g	4,40g	0,80g	0,50g	0,30g
Soproni felvágott Összetétel: Soproni felvágott	103,20kcal	5,20g	8,80g	0,80g	0,20g	0,80g	3,50g
Sport szelet Összetétel: Csokoládé	261,00kcal	1,20g	19,20g	38,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Sült debreceni kolbász Összetétel: Debreceni kolbász, Étolaj 'napraforgó'	252,20kcal	9,20g	23,70g	0,60g	0,20g	1,40g	7,40g
Szárnas rizottó Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Fagy. zöldborsó, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	480,20kcal	30,50g	17,70g	68,20g	3,40g	0,90g	1,40g
Szarvacska tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes szarvacska tészta	308,60kcal	8,50g	7,40g	51,90g	2,80g	0,20g	0,90g
Szelet kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	160,20kcal	5,30g	0,60g	33,40g	0,80g	0,80g	0,10g
Tarhonya Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	294,30kcal	8,60g	5,60g	52,20g	2,90g	0,40g	0,70g
Tárkonyos csirkeragu leves Összetétel: Citromlé 40%, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tárkony, Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	175,50kcal	15,40g	6,00g	14,20g	1,80g	0,60g	0,40g
Teavaj Összetétel: Teavaj	86,80kcal	0,00g	9,80g	0,00g	0,00g	0,00g	6,80g
Tej Összetétel: Tej UHT '1,5%'	110,00kcal	7,50g	3,80g	11,80g	11,80g	0,30g	2,50g
Tej Összetétel: Tej '1,5%'	110,00kcal	7,80g	3,80g	11,50g	11,50g	0,20g	2,20g
Tejbedara Összetétel: Búzadara, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	317,60kcal	13,10g	4,90g	54,80g	25,40g	0,40g	2,70g
Tejfölös karfiolleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	70,70kcal	2,40g	3,30g	7,30g	1,80g	0,70g	0,30g
Tejszínes eperleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. eper, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg	110,60kcal	1,50g	0,40g	24,40g	13,30g	0,10g	0,20g
Teljes kiörlésű egyenes kifli Összetétel: Egyenes, teljes kiörlésű kifli 50g	124,50kcal	4,30g	0,60g	23,80g	0,40g	0,60g	0,30g
Teljes kiörlésű kenyér Összetétel: Teljes kiörlésű kenyér	134,40kcal	5,20g	0,60g	27,10g	0,40g	0,80g	0,20g

Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-en szereplő információ tájékoztató jellegű információ.

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2026.08.01.-től 2026.08.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Teljes kiörlésű kenyér Összetétel: Teljes kiörlésű kenyér	76,20kcal	3,00g	0,30g	15,30g	0,20g	0,50g	0,10g
Teljes kiörlésű zsemle Összetétel: Teljes kiörlésű zsemle 50g	126,50kcal	4,30g	0,60g	24,20g	0,40g	0,60g	0,40g
Temesvári sertés szelet Összetétel: 'Fűszer' - Húspuhító, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Örölt fekete bors, Sertés karaj, Sertés karaj 'csn' szeletelt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	279,30kcal	23,70g	14,90g	10,50g	0,90g	0,60g	0,90g
Tiramisu ízű tej Összetétel: Gf instant tiramisú ízű tejjeszítő, Tej '1,5%'	141,60kcal	7,80g	3,80g	19,50g	11,50g	0,20g	2,20g
Törzburgonya Összetétel: Burgonya, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Örölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz'	317,10kcal	5,80g	11,70g	42,50g	0,10g	0,40g	1,20g
Uborkasaláta Összetétel: 10%-os ételecet, Kigyó uborka, Kristálycukor, Só 'jódozott'	33,30kcal	1,00g	0,10g	6,70g	5,00g	0,20g	0,00g
Vajkrém Összetétel: Natúr vajkrém	48,20kcal	0,90g	4,40g	1,30g	0,00g	0,10g	0,00g
Vaníliás krémturó Összetétel: Félzsíros tehénturó, Porcukor, Tejföl '12%', Vaníliás cukor	66,40kcal	5,70g	2,50g	4,90g	3,60g	0,00g	0,00g
Vegyes gyümölcsmártás Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fagy. erdei keverék, Fagy. meggy, Fagy. szilva, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg	197,10kcal	2,30g	0,80g	43,70g	31,30g	0,40g	0,30g
Vegyes saláta Összetétel: 10%-os ételecet, Fejes káposzta, Kigyó uborka, Köménymag, Kristálycukor, Lilahagyma, Sárgarépa, Só 'jódozott'	87,80kcal	1,50g	0,20g	19,60g	14,80g	0,20g	0,00g
Zala felvágott Összetétel: Zala felvágott	82,80kcal	5,60g	6,80g	0,70g	0,20g	0,90g	2,40g
Zöldbabfőzelék Összetétel: 10%-os ételecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	234,10kcal	8,30g	5,50g	35,10g	9,10g	0,40g	0,50g
Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika	10,00kcal	0,60g	0,20g	1,50g	0,00g	0,00g	0,00g