

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2025.03.31.	Limonádé; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Csorbaleves (1, 2, 5, 6)*; Túrós tészta (1)*; Túró (2)*; Tejföl (2)*; Porcukor (1, 13)*; Alma; Félbarna kenyér (1)*;	Magyaros vajkrém (2)*; Zsemle (1)*;
	EN=277,20kcal FH=10,08g ZS=9,40g SZH=37,22g CK=10,02g SÓ=1,74g TZS=3,36g	EN=867,43kcal FH=37,29g ZS=31,05g SZH=106,38g CK=24,51g SÓ=1,39g TZS=1,02g	EN=189,05kcal FH=5,04g ZS=5,13g SZH=29,67g CK=0,16g SÓ=0,72g TZS=3,24g
KEDD 2025.04.01.	Zöldtea-citrusos; Napraforgómagos vajkrém (2, 6, 8, 12, 13)*; Félbarna kenyér (1)*;	Bakonyi csirkeragu leves (1, 2, 3, 5)*; Darás metélt (1)*; Baracklekvár; Porcukor (1, 13)*; Alma;	Méz; Teavaj (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=251,79kcal FH=6,43g ZS=5,25g SZH=44,23g CK=9,86g SÓ=0,92g TZS=0,06g	EN=807,67kcal FH=28,07g ZS=16,92g SZH=133,51g CK=42,37g SÓ=0,74g TZS=1,55g	EN=266,16kcal FH=5,31g ZS=10,44g SZH=39,46g CK=12,67g SÓ=0,86g TZS=7,08g
SZERDA 2025.04.02.	Erdei gyümölcs tea; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Félbarna kenyér (1)*;	Lencseleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Tejberizs (2)*; Fahéjas cukor (1, 13)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Alma;	Gesztyénys párna (PP) (1, 2, 3, 6, 8)*;
	EN=321,30kcal FH=9,34g ZS=10,96g SZH=43,41g CK=9,95g SÓ=1,29g TZS=3,93g	EN=781,97kcal FH=30,87g ZS=9,19g SZH=162,16g CK=46,81g SÓ=1,48g TZS=3,13g	EN=236,60kcal FH=3,99g ZS=10,08g SZH=31,78g CK=0,00g SÓ=0,42g TZS=4,55g
CSÜTÖRTÖK 2025.04.03.	Citromos tea; Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Csontleves (1, 3, 5)*; Paprikásburgonya (1, 3, 5)*; Fejeskáposzta-saláta;	Sajtkrém (2, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=297,34kcal FH=8,88g ZS=13,00g SZH=36,16g CK=9,46g SÓ=1,78g TZS=5,16g	EN=794,41kcal FH=32,22g ZS=33,60g SZH=88,14g CK=8,14g SÓ=1,55g TZS=1,04g	EN=234,20kcal FH=7,94g ZS=6,28g SZH=36,56g CK=0,78g SÓ=1,54g TZS=3,74g
PÉNTEK 2025.04.04.	Tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Rántott sajt 'mirelit' (1, 2, 3)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Majonéz (3, 11)*; Alma;	Vaníliás krémturó (1, 2, 13)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=290,12kcal FH=12,08g ZS=7,34g SZH=42,96g CK=17,66g SÓ=0,65g TZS=4,07g	EN=880,17kcal FH=30,01g ZS=42,15g SZH=89,04g CK=3,25g SÓ=2,02g TZS=1,98g	EN=200,83kcal FH=10,96g ZS=3,08g SZH=32,01g CK=3,95g SÓ=0,84g TZS=0,24g

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 'B'

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
HÉTF 2025.04.07.	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	Gulyásleves (1, 3, 5)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*; Alma;	Diákcsemege szalámi; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=251,85kcal FH=7,65g ZS=5,16g SZH=42,27g CK=17,88g SÓ=0,70g TZS=3,35g	EN=877,17kcal FH=26,86g ZS=36,40g SZH=105,87g CK=20,59g SÓ=0,76g TZS=2,73g	EN=281,20kcal FH=9,00g ZS=12,40g SZH=33,52g CK=0,94g SÓ=1,74g TZS=4,58g
KEDD 2025.04.08.	Citromos tea; Házi körözött (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Karfiolleves (1, 3, 5)*; Stefánia vagdalt (1, 3)*; Burgonyaf zelék (1, 2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Ken májas (1, 2, 4)*; Félbarna kenyér (1)*; Lilahagyma;
	EN=258,53kcal FH=11,33g ZS=3,82g SZH=44,18g CK=9,86g SÓ=0,98g TZS=0,06g	EN=860,90kcal FH=32,33g ZS=32,40g SZH=101,27g CK=3,32g SÓ=2,07g TZS=2,15g	EN=287,23kcal FH=9,89g ZS=10,25g SZH=39,19g CK=3,42g SÓ=1,72g TZS=4,00g
SZERDA 2025.04.09.	Eper-meggy gyümölcs tea; Liga Margarin; Fonott kalács (1, 2, 3)*;	Paradicsomleves bet tésztával (1, 3, 5)*; Rakott burgonya (1, 2, 3, 4, 5)*;	Teljes kiörlés gabonás keksz (1, 5)*; Alma;
	EN=279,30kcal FH=5,16g ZS=7,22g SZH=47,01g CK=15,37g SÓ=0,56g TZS=3,10g	EN=814,23kcal FH=25,08g ZS=34,31g SZH=93,71g CK=19,48g SÓ=1,87g TZS=7,72g	EN=221,60kcal FH=3,80g ZS=6,40g SZH=36,40g CK=9,20g SÓ=0,18g TZS=3,12g
CSÜTÖRTÖK 2025.04.10.	Csokoládé ízű tej (2)*; Fonottka (1, 2)*;	Négyhagymás krémleves (1, 2, 5, 6)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Csemege uborka (11)*;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=288,54kcal FH=11,80g ZS=5,12g SZH=48,28g CK=13,40g SÓ=0,75g TZS=2,95g	EN=868,81kcal FH=32,86g ZS=37,76g SZH=95,00g CK=9,63g SÓ=3,14g TZS=0,98g	EN=235,20kcal FH=10,08g ZS=9,40g SZH=27,72g CK=0,62g SÓ=1,74g TZS=3,36g
PÉNTEK 2025.04.11.	Tej (2)*; Vajkrém (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Lebbencsleves (1, 5)*; Hentes tokány (1, 11)*; Párolt rizs (5)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Liga Margarin; Zsemle (1)*; Zöldhagyma;
	EN=292,60kcal FH=13,83g ZS=8,75g SZH=39,86g CK=11,91g SÓ=1,17g TZS=2,49g	EN=880,29kcal FH=28,85g ZS=39,57g SZH=117,71g CK=3,61g SÓ=2,31g TZS=3,42g	EN=174,65kcal FH=4,57g ZS=3,02g SZH=31,28g CK=0,22g SÓ=0,73g TZS=1,04g

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 'B'

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
HÉTF 2025.04.14.	Tej (2)*; Fonottka (1, 2)*; Liga Margarin;	Sárgaborsókrém-leves (1, 3, 5)*; Sajtos korong (1, 2, 3, 4, 11)*; Rizibizi (5)*; Fejeskáposzta-saláta;	Lekvár; Teavaj (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=279,10kcal FH=11,86g ZS=7,50g SZH=40,46g CK=13,46g SÓ=0,85g TZS=3,67g	EN=743,89kcal FH=27,67g ZS=23,64g SZH=122,54g CK=9,33g SÓ=2,59g TZS=4,37g	EN=282,66kcal FH=5,36g ZS=10,46g SZH=42,15g CK=15,36g SÓ=0,87g TZS=7,08g
KEDD 2025.04.15.	Limonádé; Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Filéztett halászlé (5, 9)*; Túrós tészta (1)*; Túró (2)*; Tejföl (2)*; Porcukor (1, 13)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Magyaros vajkrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=302,80kcal FH=8,88g ZS=13,00g SZH=36,62g CK=9,82g SÓ=1,78g TZS=5,16g	EN=796,80kcal FH=36,86g ZS=24,31g SZH=107,68g CK=26,68g SÓ=3,80g TZS=3,63g	EN=208,80kcal FH=6,14g ZS=5,20g SZH=34,36g CK=0,78g SÓ=0,92g TZS=2,98g
SZERDA 2025.04.16.	Citromos tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4)*; Ketchup;	Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Barackos háromszög (1, 2)*; Alma;	Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=299,65kcal FH=8,95g ZS=9,73g SZH=38,91g CK=10,21g SÓ=1,59g TZS=3,20g	EN=861,31kcal FH=25,05g ZS=27,94g SZH=124,24g CK=35,27g SÓ=1,50g TZS=9,84g	EN=208,40kcal FH=7,82g ZS=6,28g SZH=30,26g CK=0,36g SÓ=1,54g TZS=3,92g
CSÜTÖRTÖK 2025.04.17.	Tejeskávé íz tej (2)*; Liga Margarin; Kifli (1, 2)*;	Burgonyagombóc leves (1, 5)*; Sült csirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Almamártás (1, 2)*; Pirított dara (1)*;	Párizsikrém (1, 2, 4, 11)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=274,57kcal FH=11,04g ZS=7,12g SZH=41,04g CK=12,62g SÓ=0,81g TZS=3,46g	EN=811,33kcal FH=39,37g ZS=20,21g SZH=97,92g CK=29,69g SÓ=2,21g TZS=1,21g	EN=239,84kcal FH=10,01g ZS=8,56g SZH=30,48g CK=0,39g SÓ=1,71g TZS=2,04g
PÉNTEK 2025.04.18.	Erdei gyümölcs tea; Petrezselymes tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Teljes kiörlés zsemle (1)*;	Zöldborsóleves csipetkével (1, 3, 5)*; Milánói szósz hússal (1)*; Makaróni (1)*; Sajt szórát (2)*;	Banán ; Kifli (1, 2)*;
	EN=260,41kcal FH=8,29g ZS=7,96g SZH=34,30g CK=9,52g SÓ=1,12g TZS=2,92g	EN=738,83kcal FH=32,68g ZS=32,74g SZH=75,91g CK=10,34g SÓ=1,90g TZS=5,20g	EN=336,85kcal FH=6,13g ZS=1,16g SZH=73,17g CK=1,63g SÓ=0,47g TZS=0,60g

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 'B'

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
HÉTF 2025.04.21.	Erdei-bodzás gyümölcs tea; Sajtos rúd (1, 2, 3)*;	Gombakrémleves (1, 2, 3, 5)*; Sertésrizottó (5)*; Alma bef tt;	Napraforgómagos vajkrém (2, 6, 8, 12, 13)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=358,40kcal FH=6,17g ZS=19,88g SZH=37,26g CK=10,30g SÓ=1,47g TZS=9,94g	EN=803,40kcal FH=30,47g ZS=36,73g SZH=149,67g CK=14,14g SÓ=1,45g TZS=1,67g	EN=186,09kcal FH=6,22g ZS=5,25g SZH=28,47g CK=0,41g SÓ=0,92g TZS=0,24g
KEDD 2025.04.22.	Túró Rudi (2, 4, 6, 8)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Sült debreceni kolbász (1, 4, 11)*; Kelkáposzta f zelék (1, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;	Teavaj (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Sárgarépa;
	EN=281,52kcal FH=6,43g ZS=8,63g SZH=43,13g CK=16,72g SÓ=0,43g TZS=6,11g	EN=782,98kcal FH=25,32g ZS=32,79g SZH=92,76g CK=2,46g SÓ=2,64g TZS=8,43g	EN=241,16kcal FH=5,87g ZS=10,54g SZH=31,15g CK=2,86g SÓ=0,85g TZS=7,08g
SZERDA 2025.04.23.	Tej (2)*; Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Pásztorleves (1, 5)*; Mézes-mustáros csirke csíkok (1, 5, 11)*; Petrezselymes rizs (5)*; Alma;	Csokoládé íz krémes rúd (1, 2)*;
	EN=370,80kcal FH=16,63g ZS=16,75g SZH=38,62g CK=11,92g SÓ=2,03g TZS=7,41g	EN=735,12kcal FH=32,91g ZS=24,11g SZH=113,30g CK=9,73g SÓ=1,33g TZS=2,26g	EN=218,40kcal FH=3,85g ZS=10,01g SZH=27,37g CK=6,16g SÓ=0,42g TZS=4,55g
CSÜTÖRTÖK 2025.04.24.	Tiramisu ízű tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Fahéjas szilvaleves (1, 2)*; Bugaci sertés szelet (1, 2, 3, 5)*; Bulgur (1, 5)*;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Sárgarépa;
	EN=268,47kcal FH=11,28g ZS=4,91g SZH=44,28g CK=13,13g SÓ=0,72g TZS=2,85g	EN=776,66kcal FH=32,52g ZS=24,22g SZH=96,45g CK=27,76g SÓ=1,18g TZS=2,99g	EN=281,00kcal FH=10,80g ZS=9,50g SZH=38,07g CK=3,54g SÓ=1,74g TZS=3,18g
PÉNTEK 2025.04.25.	Meggyes gyümölcs Tea; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;	Csirkeraguleves (1, 3, 5)*; Kukorica prósza (1, 2, 3)*; Erdei gyümölcs öntet (1)*;	Ken májas (1, 2, 4)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=233,20kcal FH=5,98g ZS=3,10g SZH=44,88g CK=9,88g SÓ=0,94g TZS=0,78g	EN=882,70kcal FH=30,45g ZS=34,08g SZH=109,05g CK=39,43g SÓ=0,72g TZS=4,93g	EN=241,60kcal FH=9,22g ZS=10,20g SZH=28,22g CK=0,88g SÓ=1,72g TZS=4,16g

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 'B'

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
HÉTF 2025.04.28.	Gyümölcsös krémm joghurt (1, 2)*; Fonottka (1, 2)*;	Tarhonyaleves (1, 5)*; Baromfi fasírt (1, 2, 3, 4, 11)*; Zöldborsóf zelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Zöldhagyma;
	EN=272,50kcal FH=8,17g ZS=5,35g SZH=46,40g CK=18,15g SÓ=0,73g TZS=3,45g	EN=776,01kcal FH=33,75g ZS=21,16g SZH=107,44g CK=28,34g SÓ=2,85g TZS=5,12g	EN=273,40kcal FH=9,15g ZS=13,09g SZH=29,67g CK=0,42g SÓ=1,78g TZS=5,16g
KEDD 2025.04.29.	Tej (2)*; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Zellerkrémleves (1, 2, 5)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Csirke pörkölt (1, 2, 5)*; Szarvacska tészta (1)*; Vegyes saláta;	Lekvár; Liga Margarin; Rozsos párna (1, 12)*;
	EN=345,20kcal FH=17,83g ZS=13,15g SZH=39,22g CK=12,12g SÓ=1,99g TZS=5,61g	EN=770,35kcal FH=37,04g ZS=22,29g SZH=102,43g CK=17,73g SÓ=1,41g TZS=1,34g	EN=252,78kcal FH=5,08g ZS=5,17g SZH=45,57g CK=15,51g SÓ=0,74g TZS=1,23g
SZERDA 2025.04.30.	Csipkebogyó tea; Almás táská (1, 2, 3, 4, 6, 12, 13)*;	Tavaszeleves (1, 3, 5)*; Chilisbab (1, 5)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Göcseji csirkemellsonka (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=274,40kcal FH=3,79g ZS=12,67g SZH=35,44g CK=9,04g SÓ=0,42g TZS=5,67g	EN=681,65kcal FH=34,40g ZS=19,54g SZH=88,25g CK=5,77g SÓ=1,30g TZS=0,67g	EN=200,80kcal FH=11,68g ZS=5,00g SZH=27,48g CK=0,58g SÓ=1,90g TZS=1,64g
CSÜTÖRTÖK 2025.05.01.			
PÉNTEK 2025.05.02.			

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 'B'

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=Csillagfürt; 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"-enszereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: Iskola 'B'

Id szak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	37,20kcal	0,48g	0,00g	8,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma befőtt Összetétel: Alma befőtt	68,00kcal	0,00g	0,00g	62,40g	10,56g	0,00g	0,00g
Almamártás Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	222,30kcal	2,83g	1,67g	47,20g	28,24g	0,25g	0,28g
Almás táska Összetétel: Fagy. almás táska 50g, Fagy. almás táska 70g	234,50kcal	3,71g	12,67g	25,97g	0,00g	0,42g	5,67g
Bakonyi csirkeragu leves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	197,50kcal	16,40g	7,36g	15,37g	1,57g	0,49g	0,43g
Banán Összetétel: Banán	210,00kcal	2,60g	0,00g	48,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Baracklékvár Összetétel: Sárgabarack lekvár	73,80kcal	0,11g	0,03g	18,06g	18,00g	0,03g	0,00g
Barackos háromszög Összetétel: Fagy. barackos háromszög 70g	565,60kcal	7,70g	20,30g	86,52g	33,32g	0,70g	9,24g
Baronfi fasírt Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Frikadell	180,53kcal	10,40g	10,81g	9,60g	0,00g	1,36g	2,69g
Bugaci sertés szelet Összetétel: 'Fűszer' - Húspuhító, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Füstölt szalonna, Petrezselyem zöld, Sertés karaj, Sertés karaj 'csn' szeletelt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	222,16kcal	21,83g	12,43g	4,27g	0,38g	0,46g	0,92g
Bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	341,67kcal	7,57g	9,97g	47,65g	1,92g	0,60g	1,23g
Burgonyaf zelék Összetétel: 10%-os ételecet, Babérlevél, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Majoranna, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	311,80kcal	7,51g	6,29g	51,83g	0,13g	0,36g	0,40g
Burgonyagombóc leves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. nudli, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	160,43kcal	3,90g	3,96g	20,31g	1,43g	0,98g	0,40g
Chilisbab Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Marha lábszár, Oregánó, Só 'jódozott', Szárzabb, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	458,67kcal	27,27g	16,66g	47,22g	1,71g	0,37g	0,29g
Citromos tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	36,54kcal	0,00g	0,00g	9,05g	9,04g	0,00g	0,00g
Csemege szalámi Összetétel: Csemege szalámi	104,80kcal	3,60g	10,00g	0,00g	0,00g	0,84g	4,20g
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	14,00kcal	0,60g	0,10g	2,40g	1,90g	1,50g	0,00g
Csipkebogyó tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'B'

Id szak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csirkepörkölt Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	204,68kcal	22,19g	8,60g	8,25g	0,78g	0,38g	0,37g
Csirkeraguleves Összetétel: Étélizetítő 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	18,92g	6,84g	27,78g	4,01g	0,52g	0,53g
Csokoládé íz krémes rúd Összetétel: Fagy. csokoládé ízű krémes rúd 50 g , Fagy. csokoládé ízű krémes rúd 70 g	218,40kcal	3,85g	10,01g	27,37g	6,16g	0,42g	4,55g
Csokoládé ízű tej Összetétel: Gf instant csokoládé ízű tejélesztő, Tej '1,5%'	141,04kcal	7,75g	3,77g	19,38g	11,50g	0,25g	2,25g
Csontleves Összetétel: Étélizetítő 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 eperkocka tészta, Vöröshagyma	127,64kcal	3,86g	3,04g	20,66g	1,38g	0,54g	0,41g
Daraguskaleves Összetétel: Búzadara, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásle, Vöröshagyma	220,15kcal	6,38g	5,24g	35,11g	1,47g	0,59g	0,72g
Darás metélt Összetétel: Búzadara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	419,17kcal	11,08g	9,53g	71,69g	2,80g	0,22g	1,11g
Diákcsemege szalámi Összetétel: Diákcsemege szalámi	99,40kcal	3,60g	9,40g	0,10g	0,10g	0,80g	3,80g
Eper-meggy gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Erdei gyümölcs öntet Összetétel: Fagy. erdei keverék, Fahéj, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Puding por, Szegfűszeg	46,88kcal	0,45g	0,08g	10,75g	6,07g	0,01g	0,01g
Erdei gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Erdei-bodzás gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Fahéjas cukor Összetétel: Fahéj, Porcukor	64,97kcal	0,02g	0,00g	16,11g	16,01g	0,00g	0,00g
Fahéjas szilvaleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. szilva, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzítőjezsín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg	212,82kcal	3,12g	1,83g	44,53g	25,45g	0,13g	0,83g
Fatörzskifli Összetétel: Fatörzskifli 57g	180,12kcal	4,33g	3,59g	31,46g	6,16g	0,40g	1,82g
Fejeskáposzta-saláta Összetétel: 10%-os ételecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	57,28kcal	1,63g	0,22g	11,92g	6,00g	0,22g	0,01g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	64,08kcal	2,14g	0,24g	13,34g	0,31g	0,34g	0,02g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	160,20kcal	5,34g	0,60g	33,36g	0,78g	0,84g	0,06g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'B'

Id szak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	80,10kcal	2,67g	0,30g	16,68g	0,39g	0,42g	0,03g
Filézt halászlé Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Halászlé sűrítmény, Natúr 30%-os lecsó, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	126,36kcal	9,81g	7,71g	6,13g	3,49g	3,16g	2,79g
Fonott kalács Összetétel: Fonott kalács, Fonott kalács	217,80kcal	5,02g	4,82g	37,49g	6,27g	0,46g	2,38g
Fonottka Összetétel: Fonottka 50g	147,50kcal	4,05g	1,35g	28,90g	1,90g	0,50g	0,70g
Gesztenyész párna (PP) Összetétel: Fagy. gesztenyész párna 50 g , Fagy. gesztenyész rúd 70 g	236,60kcal	3,99g	10,08g	31,78g	0,00g	0,42g	4,55g
Gombakrémléves Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főzőtejszín, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos gyöngykalapó tészta, Vöröshagyma	149,12kcal	5,47g	3,22g	23,77g	1,41g	0,49g	0,62g
Göcseji csirkemellsonka Összetétel: Felvágott- Göcseji csirkemellsonka szeletelt	44,80kcal	6,40g	2,00g	0,36g	0,16g	0,96g	0,68g
Gulyásleves Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	309,34kcal	14,24g	16,98g	22,20g	1,86g	0,56g	0,32g
Gyümölcsös krémsajoghurt Összetétel: Gyümölcsös krémsajoghurt 125g	125,00kcal	4,12g	4,00g	17,50g	16,25g	0,23g	2,75g
Házi körözött Összetétel: Csemege paprika, Félzsíros tehéntúró, Köménymag, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	61,79kcal	5,99g	3,22g	1,77g	0,04g	0,14g	0,00g
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	15,93g	24,86g	6,77g	0,38g	0,88g	1,48g
Hot-Dog Összetétel: Hosszú zsemle53g, Virsli, Virsli Pulyka Gallicoop	242,21kcal	8,88g	9,73g	28,73g	0,32g	1,44g	3,20g
Húsgombócleves Összetétel: Babérlevél, Citromlé 40%, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. levestöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojáspor, Vöröshagyma	283,46kcal	13,73g	17,33g	16,16g	0,99g	0,50g	0,37g
Húsos tarhonya Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	664,94kcal	28,01g	30,66g	65,53g	3,27g	1,05g	0,83g
Karfiolleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos rizsszem tészta, Vöröshagyma	158,81kcal	5,23g	3,15g	26,57g	2,40g	0,52g	0,40g
Kelkáposzta f. zselé Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	230,51kcal	7,10g	3,57g	40,39g	0,41g	0,27g	0,31g
Ken májas Összetétel: Kenőmájás	107,20kcal	4,00g	9,60g	1,16g	0,52g	0,88g	3,92g
Ketchup Összetétel: Ketchup	20,90kcal	0,07g	0,00g	1,13g	0,86g	0,16g	0,00g

Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-enszereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: Iskola 'B'

Id szak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kifli Összetétel: Kifli 43g	126,85kcal	3,53g	1,16g	24,77g	1,63g	0,47g	0,60g
Kukorica prósza Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Kefír literes, Kristálycukor, Kukoricadara, Tejföl '12%', Tojáslé	582,22kcal	11,08g	27,16g	70,52g	29,36g	0,19g	4,39g
Lebbencseves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étőlaj '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	202,31kcal	5,75g	4,13g	33,61g	2,70g	0,65g	0,81g
Lekvár Összetétel: Sárgabarack lekvár	61,50kcal	0,09g	0,03g	15,05g	15,00g	0,03g	0,00g
Lencseves Összetétel: 10%-os ételecet, Babérlevél, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Lencse, Mustár, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos kiskocka tészta, Vöröshagyma	251,34kcal	13,66g	4,14g	38,29g	1,80g	0,55g	0,29g
Levesgyöngy Összetétel: Levesgyöngy	74,70kcal	1,20g	4,20g	7,95g	0,90g	0,14g	0,00g
Liga Margarin Összetétel: Liga margarin	21,60kcal	0,06g	2,40g	0,06g	0,06g	0,10g	0,72g
Lilahagyma Összetétel: Lilahagyma	19,84kcal	0,55g	0,05g	4,67g	2,12g	0,00g	0,02g
Limonádé Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor	42,00kcal	0,00g	0,00g	9,50g	9,40g	0,00g	0,00g
Magyaros vajkrém Összetétel: Magyaros vajkrém	48,60kcal	0,80g	4,60g	1,00g	0,00g	0,08g	2,92g
Májguskaleves Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. levezőldség, Fagy. sárgarépa, Félégyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Majoranna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés máj, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	258,51kcal	16,87g	7,64g	29,32g	1,95g	0,80g	0,60g
Majonéz Összetétel: Majonéz	56,80kcal	0,16g	5,16g	2,40g	1,34g	0,32g	0,68g
Makaróni Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes makaróni	300,34kcal	8,54g	6,50g	51,87g	2,80g	0,17g	0,81g
Mákos cukor Összetétel: Mák, Porcukor	222,00kcal	3,60g	12,00g	23,40g	15,93g	0,01g	1,50g
Mákos metélt Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	308,63kcal	8,54g	7,42g	51,87g	2,80g	0,19g	0,91g
Meggyes gyümölcs Tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Méz Összetétel: Vegyes virág méz	45,00kcal	0,05g	0,00g	12,36g	12,32g	0,02g	0,00g
Mézes-mustáros csirke csikok Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vegyes virág méz, Vöröshagyma	242,04kcal	22,65g	8,26g	18,54g	6,91g	0,39g	0,31g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'B'

Id szak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Miláni szósz hússal Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	283,31kcal	15,03g	19,35g	10,75g	4,15g	0,84g	1,07g
Napraforgómagos vajkrém Összetétel: Napraforgómag hántolt, Natúr vajkrém	51,69kcal	1,00g	4,66g	1,41g	0,05g	0,08g	0,00g
Négyhagymás krémléves Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. metélőhagyma, Fagy. póréhagyma, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Vöröshagyma	115,17kcal	3,05g	2,80g	19,13g	3,56g	0,45g	0,16g
Paprikásburgonya Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. galuska, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	609,48kcal	26,74g	30,33g	55,56g	0,76g	0,79g	0,62g
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	11,50kcal	0,50g	0,10g	2,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Paradicsomleves betéttel Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tojásos betűtészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	228,43kcal	5,40g	5,40g	39,14g	18,78g	0,53g	0,64g
Párizsikrém Összetétel: Mustár, Natúr vajkrém, Sertés párizsi, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	93,94kcal	4,29g	7,86g	1,42g	0,03g	0,87g	1,80g
Párolt rizs Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	253,81kcal	4,56g	10,34g	55,59g	0,22g	0,45g	1,10g
Pásztorleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	183,72kcal	5,15g	3,67g	30,49g	2,43g	0,63g	0,65g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz'	285,01kcal	5,89g	8,06g	42,58g	0,17g	0,37g	0,80g
Petrezselymes rizs Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	272,16kcal	4,64g	12,18g	55,87g	0,39g	0,31g	1,31g
Petrezselymes tojáskrém Összetétel: Aro margarin, Mustár, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás főzött darabolt	94,01kcal	3,91g	7,36g	0,58g	0,13g	0,52g	2,57g
Pírtott dara Összetétel: Búzadara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	172,36kcal	3,76g	4,08g	29,36g	0,00g	0,50g	0,40g
Porcukor Összetétel: Porcukor	80,00kcal	0,00g	0,00g	20,00g	20,00g	0,00g	0,00g
Rakott burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Füstölt kolbász, Lecsókolbász, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%', Tejföl '12%', Tojás főzött, tisztított	585,80kcal	19,69g	28,91g	54,57g	0,70g	1,34g	7,09g
Rántott sajt 'mirdit' Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. panírozott sajt	217,70kcal	9,75g	11,60g	19,50g	0,75g	0,83g	0,12g
Rizibizi Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	286,08kcal	6,87g	10,50g	60,47g	2,26g	0,45g	1,13g
Rozsos párna Összetétel: Rozsos párna 56g	169,68kcal	4,93g	2,74g	30,46g	0,45g	0,62g	0,50g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'B'

Id szak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sajtszórát Összetétel: Trappista sajt	62,40kcal	5,00g	4,40g	0,60g	0,00g	0,40g	3,00g
Sajtkrém Összetétel: Natúr sajtkrém	74,00kcal	2,60g	5,68g	3,20g	0,00g	0,70g	3,68g
Sajtos korong Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Sajtos korong Hungerit	194,43kcal	9,60g	9,96g	16,00g	0,00g	1,44g	2,92g
Sajtos rúd Összetétel: Fagy. sajtos rúd 50 g , Fagy. sajtos rúd 70 g	318,50kcal	6,09g	19,88g	27,79g	1,26g	1,47g	9,94g
Sárgaborsókrémleves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sárgaborsó, Só 'jódozott', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	206,09kcal	9,57g	2,95g	34,15g	1,08g	0,47g	0,31g
Sárgarépa Összetétel: Sárgarépa	20,00kcal	0,60g	0,10g	4,05g	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
Sertésrizottó Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	586,27kcal	25,00g	33,51g	63,50g	2,17g	0,97g	1,05g
Stefánia vagdalt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Félegyházi morzsa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojás főzött darabolt, Tojáspor, Vöröshagyma	336,52kcal	17,50g	22,72g	12,05g	0,64g	0,86g	1,26g
Sült csirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Só 'jódozott', Szárnyas fűszerkeverék	256,24kcal	28,88g	10,49g	1,04g	0,03g	0,48g	0,12g
Sült debreceni kolbász Összetétel: Debreceni kolbász, Étolaj 'napraforgó'	252,22kcal	9,17g	23,68g	0,59g	0,20g	1,37g	7,37g
Szarvacskatészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes szarvacskatészta	308,63kcal	8,54g	7,42g	51,87g	2,80g	0,19g	0,91g
Tarhonyaleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	185,34kcal	4,82g	5,54g	27,35g	2,27g	0,71g	1,30g
Tavaszi leves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	105,68kcal	3,99g	2,59g	15,95g	3,68g	0,51g	0,35g
Teavaj Összetétel: Teavaj	86,76kcal	0,05g	9,84g	0,04g	0,00g	0,01g	6,84g
Tej Összetétel: Tej '1,5%'	110,00kcal	7,75g	3,75g	11,50g	11,50g	0,25g	2,25g
Tejberizs Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	352,30kcal	13,76g	4,71g	84,03g	28,80g	0,45g	2,70g
Tejeskávéíz tej Összetétel: Tej '1,5%', Vita-d tejeskávé (Gast-Food)	126,13kcal	7,45g	3,56g	16,21g	10,93g	0,24g	2,14g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'B'

Id szak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tejföl Összetétel: Tejföl '12%'	56,80kcal	1,36g	4,80g	1,60g	0,00g	0,01g	0,00g
Teljes kiőrlés gabonás keksz Összetétel: Gabonás keksz	184,40kcal	3,32g	6,40g	28,00g	9,20g	0,18g	3,12g
Teljes kiőrlés kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	134,40kcal	5,22g	0,60g	27,06g	0,36g	0,84g	0,24g
Teljes kiőrlés kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	76,16kcal	2,96g	0,34g	15,33g	0,20g	0,48g	0,14g
Teljes kiőrlés kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	53,76kcal	2,09g	0,24g	10,82g	0,14g	0,34g	0,10g
Teljes kiőrlés zsemle Összetétel: Teljes kiőrlésű zsemle 50g	126,50kcal	4,30g	0,60g	24,25g	0,35g	0,60g	0,35g
Tiramisu ízű tej Összetétel: Gf instant tiramisu ízű tejjeszítő, Tej '1,5%'	141,62kcal	7,75g	3,75g	19,51g	11,50g	0,25g	2,25g
Tojáskrém Összetétel: Aro margarin, Mustár, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás főzött darabolt	121,20kcal	3,92g	10,36g	0,59g	0,13g	0,45g	3,87g
Túró Összetétel: Félzsíros tehéntúró	116,00kcal	14,00g	5,00g	3,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Túró Rudi Összetétel: Túró Rudi	101,40kcal	2,10g	5,04g	11,67g	10,56g	0,08g	4,29g
Túrós tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes nagykocka tészta	300,34kcal	8,54g	6,50g	51,87g	2,80g	0,21g	0,81g
Vajkrém Összetétel: Natúr vajkrém	48,20kcal	0,86g	4,40g	1,30g	0,05g	0,08g	0,00g
Vaníliás krémtúró Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Porcukor, Tejföl '12%', Vaníliás cukor	66,43kcal	5,74g	2,48g	4,95g	3,59g	0,00g	0,00g
Vegyes saláta Összetétel: 10%-os ételecet, Fejes káposzta, Kigolyó uborka, Köménymag, Kristálycukor, Lilahagyma, Sárgarépa, Só 'jódozott'	74,68kcal	1,44g	0,20g	16,40g	11,60g	0,20g	0,01g
Zellerkrémleves Összetétel: Burgonya, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma, Zeller zöld	107,70kcal	3,68g	1,88g	17,95g	1,65g	0,50g	0,05g
Zöldborsóf zelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	330,04kcal	15,86g	4,50g	53,81g	25,68g	0,37g	1,11g
Zöldborsóleves csipetkével Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	92,78kcal	4,11g	2,50g	12,69g	3,39g	0,49g	0,32g
Zöldhagyma Összetétel: Zöldhagyma	12,60kcal	0,27g	0,09g	2,55g	0,00g	0,00g	0,00g

