

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2026.06.01.	Tej (2)*; Liga Margarin; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Buzsáki leves (2, 5, 11, 15)*; Metélt tészta (1)*; Sajt szórat (2)*; Tejföl (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Sárgarépa; Diákcsemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=311,70kcal FH=11,90g ZS=9,80g SZH=43,40g CK=18,10g SÓ=0,80g TZS=5,00g	EN=789,20kcal FH=32,10g ZS=36,20g SZH=80,90g CK=5,10g SÓ=1,70g TZS=4,90g	EN=275,40kcal FH=9,50g ZS=12,50g SZH=31,30g CK=3,10g SÓ=1,70g TZS=4,70g
KEDD 2026.06.02.	Limonádé; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;	Tavaszi leves (1, 3, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Sárgaborsóf zelék (1, 5)*; Szelet kenyér (1)*;	Lekvár; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=261,90kcal FH=8,30g ZS=6,40g SZH=41,80g CK=9,80g SÓ=1,50g TZS=3,90g	EN=898,70kcal FH=43,20g ZS=34,90g SZH=98,50g CK=5,80g SÓ=2,10g TZS=1,20g	EN=243,30kcal FH=5,50g ZS=3,00g SZH=48,50g CK=15,90g SÓ=0,90g TZS=0,80g
SZERDA 2026.06.03.	Citromos tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Francia hagymakrémleves rizsszemtésztaival (1, 2, 3, 5, 6)*; Bácskai rizshús (5)*; Fejeskáposzta-saláta;	Joghurt (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;
	EN=271,70kcal FH=10,10g ZS=9,40g SZH=36,80g CK=9,70g SÓ=1,70g TZS=3,30g	EN=767,60kcal FH=27,00g ZS=41,70g SZH=88,30g CK=10,20g SÓ=1,80g TZS=1,80g	EN=267,90kcal FH=9,10g ZS=9,30g SZH=36,00g CK=11,00g SÓ=0,60g TZS=5,60g
CSÜTÖRTÖK 2026.06.04.	Tejescsokoládé íz tej (2)*; Liga Margarin; Kifli (1, 2)*;	Reszelt tésztaleves (1, 3, 5)*; Mexikói sertésragu (1, 5)*; Kuskusz (1, 5)*;	Soproni felvágott (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Zöldhagyma;
	EN=274,50kcal FH=11,10g ZS=7,20g SZH=41,10g CK=12,60g SÓ=0,80g TZS=3,40g	EN=872,10kcal FH=31,20g ZS=36,50g SZH=99,80g CK=6,90g SÓ=1,60g TZS=2,20g	EN=271,80kcal FH=10,80g ZS=11,90g SZH=30,50g CK=0,70g SÓ=1,70g TZS=4,40g
PÉNTEK 2026.06.05.	Eper-meggy gyümölcs tea; Petrezselymes tejfölöszturó (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Tápai legényfogó leves (1, 2, 3, 5)*; Aranygaluska (1, 2, 3, 6)*; Vanília öntet (1, 2)*;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka;
	EN=228,00kcal FH=11,10g ZS=3,20g SZH=38,00g CK=9,40g SÓ=0,90g TZS=0,20g	EN=815,50kcal FH=34,50g ZS=22,80g SZH=115,20g CK=46,40g SÓ=1,60g TZS=8,00g	EN=270,60kcal FH=11,50g ZS=9,80g SZH=35,00g CK=1,10g SÓ=1,80g TZS=3,20g

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

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2026.06.08.	Gyümölcsös joghurt (1, 2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*; Alma;	Erdei gyümölcsleves (1, 2)*; Halrudacs kák panírozott (1, 3, 4, 5, 10, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Majonéz (3, 11)*;	Kakaókrém (2, 4)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=342,30kcal FH=8,90g ZS=7,60g SZH=57,40g CK=22,40g SÓ=0,60g TZS=4,60g	EN=726,90kcal FH=20,00g ZS=23,70g SZH=102,70g CK=21,20g SÓ=2,00g TZS=2,70g	EN=275,90kcal FH=6,40g ZS=9,10g SZH=41,60g CK=10,20g SÓ=0,80g TZS=2,00g
KEDD 2026.06.09.	Erdei-bodzás gyümölcs tea; Párizsikrém (1, 2, 4, 11)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Csontleves (1, 3, 5)*; Chilisbab (1, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;	Ken májas (1, 2, 4)*; Félbarna kenyér (1)*; Lilahagyma;
	EN=268,20kcal FH=9,60g ZS=8,50g SZH=38,00g CK=9,40g SÓ=1,70g TZS=2,00g	EN=802,90kcal FH=40,70g ZS=26,90g SZH=94,60g CK=5,80g SÓ=1,20g TZS=0,70g	EN=287,20kcal FH=9,90g ZS=10,20g SZH=39,30g CK=3,40g SÓ=1,70g TZS=4,00g
SZERDA 2026.06.10.	Tej (2)*; Liga Margarin; Napraforgómagos fonotka (1, 2, 3)*;	Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Bolognai szósz; Makaróni (1)*; Sajt szórát (2)*; Alma;	Vajkrém (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=368,00kcal FH=13,10g ZS=13,10g SZH=48,50g CK=17,90g SÓ=0,80g TZS=5,80g	EN=822,00kcal FH=35,00g ZS=34,40g SZH=89,90g CK=11,40g SÓ=1,70g TZS=4,90g	EN=182,60kcal FH=6,10g ZS=5,00g SZH=28,40g CK=0,40g SÓ=0,90g TZS=0,20g
CSÜTÖRTÖK 2026.06.11.	Pritamin paprikás túrókrém (2)*; Meggyes gyümölcs Tea; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Csirkeraguleves (1, 3, 5)*; Hentes tokány (1, 11, 15)*; Párolt rizs (5)*;	Kockasajt (2)*; Kifli (1, 2)*; Zöldpaprika;
	EN=312,50kcal FH=11,20g ZS=12,30g SZH=38,50g CK=9,70g SÓ=0,90g TZS=1,20g	EN=830,30kcal FH=39,40g ZS=42,00g SZH=90,20g CK=4,60g SÓ=1,80g TZS=3,10g	EN=229,80kcal FH=7,30g ZS=8,40g SZH=30,60g CK=1,60g SÓ=1,70g TZS=5,10g
PÉNTEK 2026.06.12.	Citromos tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Magyaros húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Tejberizs (2)*; Kakaós cukor (1, 4, 13)*; Alma;	Sajtos rúd (1, 2, 3)*;
	EN=275,30kcal FH=10,90g ZS=9,80g SZH=36,90g CK=9,70g SÓ=1,80g TZS=3,30g	EN=717,50kcal FH=27,70g ZS=21,80g SZH=120,00g CK=44,80g SÓ=1,10g TZS=3,70g	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 '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 2026.06.15.	Tej (2)*; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Lebbencsleves (1, 5)*; Pritaminos sajt-felfújt (1, 2, 3)*; Spenótf zelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Méz; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=318,40kcal FH=15,30g ZS=10,10g SZH=42,10g CK=12,20g SÓ=1,80g TZS=6,40g	EN=786,80kcal FH=34,00g ZS=22,60g SZH=107,90g CK=12,00g SÓ=2,50g TZS=9,90g	EN=226,80kcal FH=5,40g ZS=3,00g SZH=45,90g CK=13,20g SÓ=0,90g TZS=0,80g
KEDD 2026.06.16.	Csipkebogyó tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4, 11)*; Ketchup;	Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Zöldborsós aprópecsenye (1, 5)*; Szarvacska tészta (1)*;	Teljes kiörlés kenyér (1)*; Liga Margarin; Alma;
	EN=303,00kcal FH=9,10g ZS=9,70g SZH=39,30g CK=10,20g SÓ=1,60g TZS=3,20g	EN=866,10kcal FH=41,50g ZS=37,30g SZH=87,50g CK=6,70g SÓ=1,40g TZS=1,90g	EN=193,20kcal FH=5,80g ZS=3,00g SZH=35,60g CK=0,50g SÓ=0,90g TZS=0,90g
SZERDA 2026.06.17.	Tej (2)*; Vajkrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Olasz zöldségleves gyufatésztával (1, 3, 5)*; Szárnyas rizottó (5)*; Vegyes saláta;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=318,40kcal FH=13,70g ZS=8,80g SZH=46,50g CK=12,60g SÓ=1,20g TZS=2,60g	EN=756,00kcal FH=37,30g ZS=22,20g SZH=118,80g CK=29,50g SÓ=1,60g TZS=1,90g	EN=260,80kcal FH=8,90g ZS=13,00g SZH=27,20g CK=0,50g SÓ=1,70g TZS=5,10g
CSÜTÖRTÖK 2026.06.18.	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Baracklekvár; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Karalábéleves (1, 3, 5)*; Mustáros sertéskaraj (feln tt 2) (1, 2, 3, 5, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Szelet kenyér (1)*;	Teavaj (2)*; Rozsos párna (1, 12)*; Paradicsom;
	EN=269,70kcal FH=5,50g ZS=3,00g SZH=54,80g CK=27,50g SÓ=0,90g TZS=0,90g	EN=817,80kcal FH=36,30g ZS=31,30g SZH=91,60g CK=6,70g SÓ=2,20g TZS=6,30g	EN=268,00kcal FH=5,40g ZS=12,60g SZH=32,50g CK=0,40g SÓ=0,60g TZS=7,30g
PÉNTEK 2026.06.19.	Limonádé; Olasz felvágott (2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Gombás sertés becsináltleves (1, 2, 3, 5)*; Barackos háromszög (1, 2)*;	Félbarna kenyér (1)*; Liga Margarin; Alma;
	EN=297,60kcal FH=10,50g ZS=11,40g SZH=37,50g CK=10,10g SÓ=1,70g TZS=4,30g	EN=791,40kcal FH=19,70g ZS=36,30g SZH=93,30g CK=34,80g SÓ=1,20g TZS=9,50g	EN=219,00kcal FH=5,90g ZS=3,00g SZH=41,90g CK=0,90g SÓ=0,90g TZS=0,80g

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 2026.06.22.	Tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Fahéjas almaleves (1, 2)*; Csirke nuggets (1, 2, 3, 4, 11)*; Kukoricás bulgur (1, 5)*; Majonéz (3, 11)*;	Teljes kiörlés kenyér (1)*; Ken májas (1, 2, 4)*; Sárgarépa;
	EN=290,10kcal FH=11,80g ZS=7,40g SZH=43,30g CK=18,00g SÓ=0,70g TZS=4,30g	EN=766,30kcal FH=20,10g ZS=26,20g SZH=103,20g CK=25,30g SÓ=2,20g TZS=5,30g	EN=261,60kcal FH=9,80g ZS=10,30g SZH=32,30g CK=3,40g SÓ=1,70g TZS=4,10g
KEDD 2026.06.23.	Tej (2)*; Liga Margarin; Fonottka (1, 2)*;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Húsos lecsó; Félbarna kenyér (1)*;	Napraforgómagos vajkrém (2, 6, 8, 12, 13)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=279,10kcal FH=11,60g ZS=7,60g SZH=40,80g CK=13,80g SÓ=0,90g TZS=3,90g	EN=824,30kcal FH=29,70g ZS=33,00g SZH=114,70g CK=12,40g SÓ=4,40g TZS=1,30g	EN=197,60kcal FH=6,70g ZS=5,40g SZH=30,50g CK=0,40g SÓ=0,90g TZS=0,20g
SZERDA 2026.06.24.	Gyümölcsös joghurt (1, 2)*; Teljes kiörlés egyenes kifli (1)*;	Alföldileves (1, 3, 5)*; Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Tejfölös-kapros zöldbabf zelék (1, 2)*; Szelet kenyér (1)*;	Barackos háromszög (1, 2)*; Alma;
	EN=249,50kcal FH=8,40g ZS=4,60g SZH=41,30g CK=16,60g SÓ=0,80g TZS=3,10g	EN=811,80kcal FH=34,30g ZS=32,80g SZH=88,60g CK=10,90g SÓ=7,00g TZS=1,90g	EN=320,00kcal FH=4,30g ZS=10,20g SZH=51,70g CK=16,70g SÓ=0,40g TZS=4,60g
CSÜTÖRTÖK 2026.06.25.	Limonádé; Házi körözött (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Fokhagymakrémleves gyöngykagylóval (1, 2, 3, 5, 6)*; Magyaros sült csirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Törtburgonya (5)*; Szelet kenyér (1)*;	Teljes kiörlés gabonás keksz (1, 2, 4, 6, 8, 13)*; Alma;
	EN=238,20kcal FH=11,20g ZS=3,80g SZH=38,40g CK=9,80g SÓ=0,90g TZS=0,20g	EN=872,00kcal FH=43,00g ZS=25,60g SZH=102,00g CK=3,30g SÓ=2,50g TZS=1,60g	EN=220,40kcal FH=3,70g ZS=6,00g SZH=37,20g CK=9,20g SÓ=0,20g TZS=3,00g
PÉNTEK 2026.06.26.	Gyümölcs tea; Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés zsemle (1)*;	Csorbaleves (1, 2, 5, 6)*; Darás metélt (1)*; Baracklekvár; Porcukor (1, 13)*;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Alma;
	EN=292,80kcal FH=8,10g ZS=13,00g SZH=33,80g CK=9,50g SÓ=1,50g TZS=5,30g	EN=786,00kcal FH=22,00g ZS=24,00g SZH=118,00g CK=42,20g SÓ=1,00g TZS=1,30g	EN=298,20kcal FH=10,70g ZS=9,40g SZH=42,50g CK=1,10g SÓ=1,70g TZS=3,20g

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 2026.06.29.	Erdei gyümölcs tea; Lekvár; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Karfiolleves (1, 3, 5)*; Pásztor bulgur (1, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;	Sajtkrém (2, 5)*; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=257,40kcal FH=5,50g ZS=3,00g SZH=51,70g CK=24,50g SÓ=0,90g TZS=0,90g	EN=881,80kcal FH=33,70g ZS=34,00g SZH=98,10g CK=3,80g SÓ=1,90g TZS=1,40g	EN=244,20kcal FH=8,50g ZS=6,50g SZH=38,10g CK=0,80g SÓ=1,50g TZS=3,80g
KEDD 2026.06.30.	Eper íz tej (2)*; Fonottka (1, 2)*;	Paradicsomleves bet tésztával (1, 3, 5)*; Rakott burgonya (1, 2, 3, 4, 5)*; Fejeskáposzta-saláta;	Teljes kiörlés kenyér (1)*; Göcseji csirkemellsonka (4)*; Teavaj (2)*;
	EN=288,80kcal FH=11,80g ZS=5,20g SZH=46,50g CK=13,40g SÓ=0,70g TZS=2,90g	EN=878,80kcal FH=26,90g ZS=34,50g SZH=107,10g CK=25,50g SÓ=2,00g TZS=7,70g	EN=266,00kcal FH=11,60g ZS=12,40g SZH=27,50g CK=0,60g SÓ=1,80g TZS=7,70g
SZERDA 2026.07.01.			
CSÜTÖRTÖK 2026.07.02.			
PÉNTEK 2026.07.03.			

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'

Időszak: 2026.06.01.-től 2026.06.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alföldileves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos gyufa tészta, Vöröshagyma	154,20kcal	4,10g	4,40g	23,00g	0,80g	5,20g	1,00g
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	37,20kcal	0,50g	0,00g	8,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Aranygaluska Összetétel: Aranygaluska	424,80kcal	8,60g	11,90g	69,10g	26,30g	0,60g	4,90g
Bácskai rizseshús Összetétel: Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés comb, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	558,50kcal	22,40g	34,30g	57,60g	0,60g	1,10g	1,10g
Baracklekvár Összetétel: Sárgabarack lekvár	73,80kcal	0,10g	0,00g	18,10g	18,00g	0,00g	0,00g
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
Barackos háromszög Összetétel: Fagy. barackos háromszög 70g	565,60kcal	7,70g	20,30g	86,50g	33,30g	0,70g	9,20g
Bolognai szósz Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	281,90kcal	15,10g	20,70g	7,00g	4,60g	0,60g	0,70g
Burgonyapüré Összetétel: Aro margarin, Burgonya, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%'	334,40kcal	7,60g	11,80g	45,10g	2,80g	0,50g	5,00g
Buzsáki leves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Csemege uborka, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	274,00kcal	13,30g	19,10g	9,90g	1,90g	0,60g	0,30g
Chilisbab Összetétel: Babérlevél, Bazsalikom, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Szárazbab, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	611,20kcal	34,70g	23,70g	60,60g	4,10g	0,40g	0,30g
Citromos tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	36,50kcal	0,00g	0,00g	9,00g	9,00g	0,00g	0,00g
Csemege szalámi Összetétel: Csemege szalámi	104,80kcal	3,60g	10,00g	0,00g	0,00g	0,80g	4,20g
Csipkebogyó tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcsstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,10g	0,00g	9,50g	9,00g	0,00g	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
Csirke raguleves 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	18,90g	6,80g	27,80g	4,00g	0,50g	0,50g
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 eperszalag tészta, Vöröshagyma	127,60kcal	3,90g	3,00g	20,70g	1,40g	0,50g	0,40g
Csorbaleves Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Lestyán, Őrölt fekete bors, Savanyú káposzta, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tejföl '12%', Vöröshagyma	213,00kcal	10,80g	14,50g	8,20g	1,40g	0,80g	0,20g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'B'

Id szak: 2026.06.01.-től 2026.06.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Daraguskaleves Összetétel: Búzadara, Étélizésítő 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 szalámi Összetétel: Diákcsemege szalámi	99,40kcal	3,60g	9,40g	0,10g	0,10g	0,80g	3,80g
Eper íz tej Összetétel: Gf instant eper ízű tejjeszítő, Tej '1,5%'	141,30kcal	7,80g	3,80g	17,60g	11,50g	0,20g	2,20g
Eper-csipkebogyó gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcsstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,10g	0,00g	9,50g	9,00g	0,00g	0,00g
Eper-meggy gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcsstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,10g	0,00g	9,50g	9,00g	0,00g	0,00g
Erdi gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcsstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,10g	0,00g	9,50g	9,00g	0,00g	0,00g
Erdi gyümölcsleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fagy. erdei keverék, Fagy. meggy, Fagy. ribizli, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	179,40kcal	2,70g	1,30g	38,40g	19,70g	0,10g	0,40g
Erdi-bodzás gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcsstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,10g	0,00g	9,50g	9,00g	0,00g	0,00g
Fahéjas almaleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	131,90kcal	1,30g	0,50g	29,50g	22,10g	0,10g	0,20g
Fatörzskifli Összetétel: Fatörzskifli 57g	180,10kcal	4,30g	3,60g	31,50g	6,20g	0,40g	1,80g
Fejeskáposzta-saláta Összetétel: 10%-os ételectet, 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	80,10kcal	2,70g	0,30g	16,70g	0,40g	0,40g	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	64,10kcal	2,10g	0,20g	13,30g	0,30g	0,30g	0,00g
Fokhagymakrémeleves gyöngyagylóval Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. metélőhagyma, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	148,00kcal	4,40g	3,60g	23,90g	2,00g	0,50g	0,20g
Fonotka Összetétel: Fonotka 50g	147,50kcal	4,00g	1,40g	28,90g	1,90g	0,50g	0,70g
Francia hagymakrémeleves rizszemléstésztával Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Tojásos rizszemléstészta, Vöröshagyma	151,80kcal	3,00g	7,20g	18,80g	3,60g	0,50g	0,70g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'B'

Id szak: 2026.06.01.-től 2026.06.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Gombás sertés becsinált leves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	225,80kcal	12,00g	16,00g	6,80g	1,50g	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
Gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,10g	0,00g	9,50g	9,00g	0,00g	0,00g
Gyümölcsös joghurt Összetétel: Gyümölcsös krémjoghurt 125g	125,00kcal	4,10g	4,00g	17,50g	16,20g	0,20g	2,80g
Halrudacska pánirozott Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Halrudacska pánirozott	205,70kcal	11,20g	9,10g	19,30g	0,00g	1,20g	0,80g
Házi kőrözött Összetétel: Csemege paprika, Félzsiros tehéntúró, Köménymag, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	61,80kcal	6,00g	3,20g	1,80g	0,00g	0,10g	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	15,90g	24,90g	6,80g	0,40g	0,90g	1,50g
Hot-Dog Összetétel: Hosszú zsemle53g, Ketchup, Mustár, Virsli, Virsli Pulyka Gallicoop	242,20kcal	8,90g	9,70g	28,70g	0,30g	1,40g	3,20g
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
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,20g	3,60g
Kakaókrém Összetétel: Kakaókrém	141,50kcal	1,20g	8,50g	14,50g	9,80g	0,00g	1,80g
Kakaós cukor Összetétel: Kakaópor 22%, Porcukor	78,80kcal	1,00g	1,00g	15,60g	15,00g	0,00g	0,60g
Karalábé leves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	58,80kcal	1,60g	2,30g	7,50g	3,10g	0,50g	0,30g
Karfiol leves 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	158,80kcal	5,20g	3,10g	26,60g	2,40g	0,50g	0,40g
Ken májas Összetétel: Kenőmájas	107,20kcal	4,00g	9,60g	1,20g	0,50g	0,90g	3,90g
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
Kigyóuborka Összetétel: Kigyó uborka	6,00kcal	0,50g	0,00g	0,80g	0,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'B'

Időszak: 2026.06.01.-től 2026.06.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	93,00kcal	3,20g	7,00g	4,30g	0,00g	1,20g	4,50g
Kukoricás bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizésítő 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: Étélizésítő 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
Lebbencsleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő 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
Lekvár Összetétel: Sárgabarack lekvár	61,50kcal	0,10g	0,00g	15,00g	15,00g	0,00g	0,00g
Liga Margarin Összetétel: Liga margarin	21,60kcal	0,10g	2,40g	0,10g	0,10g	0,10g	0,70g
Lilahagyma Összetétel: Lilahagyma	19,80kcal	0,60g	0,00g	4,70g	2,10g	0,00g	0,00g
Limonádé Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor	42,00kcal	0,00g	0,00g	9,50g	9,40g	0,00g	0,00g
Magyaros húsgombócleves Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Félégyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojáspor, Vöröshagyma	249,20kcal	12,40g	16,10g	12,00g	1,00g	0,70g	0,40g
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: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. levezsöldség, Fagy. sárgarépa, Félégyházi 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
Makaróni Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes makaróni	300,30kcal	8,50g	6,50g	51,90g	2,80g	0,20g	0,80g
Megyes gyümölcs Tea Összetétel: Betétlélj, Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,10g	0,00g	9,50g	9,00g	0,00g	0,00g
Metélt tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	300,30kcal	8,50g	6,50g	51,90g	2,80g	0,20g	0,80g
Mexikói sertésragu Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. mexikói zöldségköret, Finomliszt BL55, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	329,50kcal	16,10g	21,00g	16,70g	2,30g	0,40g	0,30g
Méz Összetétel: Vegyes virág méz	45,00kcal	0,00g	0,00g	12,40g	12,30g	0,00g	0,00g
Molnárka Összetétel: Molnárka 55g	174,90kcal	4,00g	3,90g	30,00g	5,00g	0,40g	2,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'B'

Id szak: 2026.06.01.-től 2026.06.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Mustáros sertéskaraj (feln tt 2) Összetétel: 'Fűszer' - Hűsüphanító, Étélízésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Örrölt fekete bors, Sertés karaj, Sertés karaj 'csn' szeletelt, Só 'jódozott', Tej '1,5%', Tejföl '12%'	264,40kcal	21,80g	16,60g	5,60g	0,00g	0,40g	0,90g
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
Olasz felvágott Összetétel: Olasz felvágott	99,60kcal	5,20g	8,40g	0,80g	0,20g	0,80g	3,40g
Olasz zöldségleves gyufatésztával Összetétel: Bazsalikom, Burgonya, Csemege paprika, Étélízésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. kukorica, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Kelkáposzta, Kristálycukor, Örrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tojásos gyufa tészta,	189,20kcal	5,40g	4,30g	31,20g	11,50g	0,50g	0,50g
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	11,50kcal	0,50g	0,10g	2,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Paradicsomleves bet tésztával 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
Párizsikrém Összetétel: Mustár, Natúr vajkrém, Sertés párizsi, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	93,90kcal	4,30g	7,90g	1,40g	0,00g	0,90g	1,80g
Párolt rizs Összetétel: Étélízésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Örrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	253,80kcal	4,60g	10,30g	55,60g	0,20g	0,40g	1,10g
Pásztor bulgur Összetétel: Bulgur, Burgonya, Csemege paprika, Étélízésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	658,90kcal	26,40g	30,70g	58,20g	1,10g	1,10g	1,00g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étélízésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Örrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz'	285,00kcal	5,90g	8,10g	42,60g	0,20g	0,40g	0,80g
Petrezselymes tejfölös túró Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	53,70kcal	5,80g	2,60g	1,40g	0,00g	0,10g	0,00g
Porcukor Összetétel: Porcukor	80,00kcal	0,00g	0,00g	20,00g	20,00g	0,00g	0,00g
Pritamin paprikás túrókrém Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	138,20kcal	5,90g	11,70g	1,90g	0,30g	0,10g	1,00g
Pritaminos sajt felújít Összetétel: Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Sütőpor, Tojásfehérje lé, Tojássárgája lé, Trappista sajt	242,80kcal	15,50g	12,30g	16,20g	0,30g	1,00g	7,80g
Rakott burgonya Összetétel: Burgonya, Étélízésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Füstölt kolbász, Lecsókolbász, Örrölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%', Tejföl '12%', Tojás főzött, tisztított	585,80kcal	19,70g	28,90g	54,60g	0,70g	1,30g	7,10g
Reszelt tészta leves Összetétel: Étélízésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Örrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	193,80kcal	5,40g	5,70g	29,80g	1,20g	0,60g	0,70g
Rozsos párna Összetétel: Rozsos párna 56g	169,70kcal	4,90g	2,70g	30,50g	0,40g	0,60g	0,50g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'B'

Id szak: 2026.06.01.-től 2026.06.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Rúdvagdalt Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	332,90kcal	18,30g	23,30g	9,90g	0,80g	0,60g	0,40g
Sajt szórát Összetétel: Trappista sajt	78,00kcal	6,20g	5,50g	0,80g	0,00g	0,50g	3,80g
Sajt szórát 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	5,70g	3,20g	0,00g	0,70g	3,70g
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
Sárgaborsóf zelék Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sárgaborsó, Só 'jódozott', Vöröshagyma	281,00kcal	15,30g	4,80g	42,60g	0,40g	0,30g	0,40g
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
Sertéspörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. piritamin 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
Spenótf zelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	224,40kcal	9,60g	5,90g	33,00g	8,60g	0,40g	1,30g
Szárnycs 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
Szarvacsk tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', főzővíz', Tojásmentes szarvacsk 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
Tápai legényfogyó leves Összetétel: Citromlé 40%, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Főzőtejszín, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tárkony, Tejföl '12%', Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	203,60kcal	17,20g	6,70g	17,50g	2,70g	0,70g	0,60g
Tavaszeleves 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	116,60kcal	4,40g	2,70g	18,10g	3,80g	0,50g	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

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'B'

Id szak: 2026.06.01.-től 2026.06.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tejberizs Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	352,30kcal	13,80g	4,70g	84,00g	28,80g	0,40g	2,70g
Tejeskávéíz tej Összetétel: Tej '1,5%', Vita-d tejeskávé (Gast-Food)	126,10kcal	7,50g	3,60g	16,20g	10,90g	0,20g	2,10g
Tejföl Összetétel: Tejföl '12%'	56,80kcal	1,40g	4,80g	1,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Tejfölös-kapros-zöldbabf-zelék Összetétel: 10%-os ételecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kapor, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	164,50kcal	6,60g	4,50g	22,30g	8,50g	0,40g	0,40g
Tejles kiörítés egyenes kifli Összetétel: Egyenes, tejles kiörlésű kifli 50g	124,50kcal	4,30g	0,60g	23,80g	0,40g	0,60g	0,30g
Tejles kiörítés gabonás keksz Összetétel: Gabonás keksz	183,20kcal	3,20g	6,00g	28,80g	9,20g	0,20g	3,00g
Tejles kiörítés kenyér Összetétel: Tejles kiörlésű kenyér	134,40kcal	5,20g	0,60g	27,10g	0,40g	0,80g	0,20g
Tejles kiörítés zsemle Összetétel: Tejles kiörlésű zsemle 50g	126,50kcal	4,30g	0,60g	24,20g	0,40g	0,60g	0,40g
Törölburgonya Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott', főzővíz'	317,10kcal	5,80g	11,70g	42,50g	0,10g	0,40g	1,20g
Vajkrém Összetétel: Natúr vajkrém	48,20kcal	0,90g	4,40g	1,30g	0,00g	0,10g	0,00g
Vaníliaöntet Összetétel: Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Tej '1,5%', Vaníliás cukor	187,10kcal	8,70g	4,20g	28,60g	17,40g	0,30g	2,50g
Vegyes saláta Összetétel: 10%-os ételecet, Fejes káposzta, Kigyó uborka, Köménymag, Kristálycukor, Lilahagyma, Sárgarépa, Só 'jódozott'	86,60kcal	1,40g	0,20g	19,40g	14,60g	0,20g	0,00g
Zala felvágott Összetétel: Zala felvágott	82,80kcal	5,60g	6,80g	0,70g	0,20g	0,90g	2,40g
Zöldborsóleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	140,20kcal	5,90g	2,80g	22,00g	4,00g	0,50g	0,40g
Zöldborsós aprópecsenye Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	299,00kcal	16,10g	22,30g	6,30g	1,90g	0,40g	0,40g
Zöldhagyma Összetétel: Zöldhagyma	12,60kcal	0,30g	0,10g	2,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika	10,00kcal	0,60g	0,20g	1,50g	0,00g	0,00g	0,00g