

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2025.05.05.	Tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Kerészleves (1, 3, 5)*; Csikós tokány (1, 2, 5)*; Bulgur (1, 5)*; Alma;	Sajtkrém (2, 5)*; Tejes kiörlesű kenyér (1)*;
	EN=280,12kcal FH=12,08g ZS=7,34g SZH=42,96g CK=17,66g SO=0,65g Tzs=4,07g	EN=819,02kcal FH=27,86g ZS=39,44g SZH=77,06g CK=4,12g SO=1,75g Tzs=3,11g	EN=208,40kcal FH=7,82g ZS=6,28g SZH=30,26g CK=0,36g SO=1,54g Tzs=3,92g
KEDD 2025.05.06.	Meggyes gyümölcs Tea; Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Tejes kiörlesű kenyér (1)*;	Erdei gyümölcsleves (1, 2)*; Csirke nuggets (1, 2, 3, 4, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Vegyes saláta;	Vajkrém (2)*; Kifli (1, 2)*;
	EN=351,40kcal FH=18,36g ZS=14,50g SZH=36,59g CK=9,46g SO=1,94g Tzs=6,46g	EN=785,44kcal FH=20,56g ZS=22,82g SZH=118,29g CK=34,09g SO=2,00g Tzs=6,15g	EN=175,05kcal FH=4,39g ZS=5,56g SZH=26,07g CK=1,68g SO=0,55g Tzs=0,60g
SZERDA 2025.05.07.	Erdei gyümölcs tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Vágott tojásleves (1, 3, 5)*; Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Spenóttözelek (1, 2)*; Alma;	Joghurt (2)*; Napraforgómagos fonotka (1, 2, 3)*;
	EN=304,50kcal FH=11,08g ZS=9,80g SZH=43,61g CK=10,08g SO=1,82g Tzs=3,18g	EN=725,90kcal FH=34,72g ZS=35,91g SZH=59,12g CK=9,96g SO=1,68g Tzs=3,29g	EN=329,40kcal FH=10,62g ZS=12,30g SZH=42,60g CK=12,00g SO=0,57g Tzs=6,24g
CSÜTÖRTÖK 2025.05.08.	Tiramisu ízű tej (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Tárkonyos sertésragu leves (1, 3, 5)*; Darás metélt (1)*; Baracklekvár; Porcukor (1, 13)*; Alma;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Tejes kiörlesű kenyér (1)*; Sárgarépa;
	EN=316,52kcal FH=11,71g ZS=7,66g SZH=49,54g CK=16,45g SO=0,64g Tzs=4,29g	EN=885,83kcal FH=25,25g ZS=26,52g SZH=133,72g CK=42,70g SO=0,89g Tzs=1,48g	EN=255,20kcal FH=10,68g ZS=9,50g SZH=31,77g CK=3,12g SO=1,74g Tzs=3,36g
PÉNTEK 2025.05.09.	Csipkebogyó tea; Házi körözött (2)*; Tejes kiörlesű kenyér (1)*;	Brokkolikrémleves (1, 2, 5, 6)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Bácskai rizseshús (5)*; Alma befőtt;	Kakaós csiga (1, 2)*;
	EN=236,09kcal FH=11,29g ZS=3,82g SZH=38,30g CK=9,44g SO=0,98g Tzs=0,24g	EN=829,85kcal FH=28,62g ZS=42,00g SZH=145,30g CK=14,17g SO=1,76g Tzs=1,38g	EN=275,80kcal FH=4,13g ZS=13,65g SZH=32,97g CK=12,89g SO=0,66g Tzs=6,86g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kanyargóvári 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; SO= só; Tzs= Telített zsír; (*) Allergének: 1=Gluten; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Dióhéj, mandula, pisztácia; 8=Földmogyoró; 9=Hal; 10=Ráktétél; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2025.05.12.	Tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Zöldségtésztaleves (1, 2, 3, 5)*; Halas Bolognai szós (1, 9)*; Makaróni (1)*; Sajt szótát (2)*;	Kenőmájás (1, 2, 4)*; Zöldhagyma; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
KEDD 2025.05.13.	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Reszelt tésztaleves (1, 3, 5)*; Budapest ragu (5)*; Párolt rizs (5)*; Kőte;	Vajkrém (2)*; Napraforgómagos fonottka (1, 2, 3)*;
	EN=235,50kcal FH=9,22g ZS=10,96g SZH=37,11g CK=9,53g SO=1,29g TZS=4,11g	EN=726,55kcal FH=28,39g ZS=33,78g SZH=94,34g CK=2,00g SO=1,42g TZS=1,79g	EN=284,60kcal FH=6,38g ZS=11,30g SZH=37,90g CK=6,05g SO=0,50g TZS=2,64g
SZERDA 2025.05.14.	Citromos tea; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Lebbencsleves (1, 5)*; Sült debreceni kolbász (1, 4, 11)*; Sárgaborsófőzelék (1, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;	Csemege szállami; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Hónapos retek;
	EN=244,94kcal FH=7,82g ZS=6,28g SZH=39,30g CK=9,40g SO=1,54g TZS=3,92g	EN=915,58kcal FH=32,89g ZS=32,87g SZH=93,43g CK=3,05g SO=2,75g TZS=8,61g	EN=294,10kcal FH=9,50g ZS=13,00g SZH=34,42g CK=0,84g SO=1,78g TZS=4,98g
CSÜTÖRTÖK 2025.05.15.	Erdei gyümölcs tea; Párizsikrém (1, 2, 4, 11)*; Zsemle (1)*;	Palócleves (1, 2, 3, 5)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma;	Lekvár; Teavaj (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
	EN=274,29kcal FH=8,61g ZS=8,39g SZH=39,56g CK=9,22g SO=1,51g TZS=2,12g	EN=892,04kcal FH=27,38g ZS=36,80g SZH=108,51g CK=20,42g SO=1,01g TZS=2,96g	EN=282,66kcal FH=5,36g ZS=10,46g SZH=42,15g CK=15,36g SO=0,87g TZS=7,08g
PÉNTEK 2025.05.16.	Citromos tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4, 11)*; Ketchup;	Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Magyaros sült csirkerecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Csemege uborka (11)*;	Sajtos rúd (1, 2, 3)*;
	EN=309,69kcal FH=9,38g ZS=10,20g SZH=39,79g CK=10,21g SO=1,69g TZS=3,22g	EN=842,78kcal FH=52,49g ZS=28,35g SZH=78,53g CK=6,65g SO=3,29g TZS=5,27g	EN=318,50kcal FH=6,09g ZS=19,88g SZH=27,79g CK=1,28g SO=1,47g TZS=9,94g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTO ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kenyérfa ut. 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016
E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:
Iskola 'A'

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=Só; TZS=Telített zsír; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földmogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Musztár; 12=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Phenolok

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

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
SZOMBAT 2025.05.17.	Tej (2)*; Magyaros vajkrém (2)*; Teljes kiörlesű kenyér (1)*; EN-293,00kcal FH=13,52g ZS=8,95g SZH=39,81g CK=12,11g SÓ=1,25g TZS=5,66g	Gulyásleves (1, 3, 5)*; Túrós bukta (1, 2, 3)*; Alma; EN-794,54kcal FH=32,92g ZS=27,48g SZH=99,20g CK=25,66g SÓ=1,23g TZS=0,46g	Margarinos pogácsa 70g (1, 2, 3)*; EN-259,70kcal FH=6,79g ZS=6,72g SZH=42,28g CK=7,91g SÓ=0,53g TZS=3,43g
VASÁRNAS 2025.05.18.			
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 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=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Punatésítők Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál. Étlap név: Iskola 'A' Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0			

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tej (2)*; Liga Margarin; Molnárka (1, 2, 3)*;		Frankfurtileves (1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*; Rántott sajt 'mirelit' (1, 2, 3)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Majonéz (3, 11)*;		Sonkakrém (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	
EN=306,50kcal FH=1,77g ZS=10,05g SZH=41,59g CK=16,51g SÓ=0,73g TZS=5,00g		EN=859,28kcal FH=20,71g ZS=42,07g SZH=86,03g CK=3,14g SÓ=2,94g TZS=3,31g		EN=202,30kcal FH=9,26g ZS=4,75g SZH=30,61g CK=0,52g SÓ=1,60g TZS=0,52g	
Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Sajtkrém (2, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;		Magyaros gombaleves (1, 2, 3, 5)*; Húsos tahonya (1, 5)*; Vegyes saláta;		Kenőmájás (1, 2, 4)*; Teljes kiörlésű zsemle (1)*;	
EN=274,10kcal FH=8,02g ZS=6,28g SZH=46,02g CK=9,82g SÓ=1,54g TZS=3,74g		EN=866,93kcal FH=34,25g ZS=34,39g SZH=100,38g CK=16,34g SÓ=1,80g TZS=1,14g		EN=233,70kcal FH=6,30g ZS=10,20g SZH=25,41g CK=0,87g SÓ=1,48g TZS=4,27g	
Erdel-bodzás gyümölcs tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlésű zsemle (1)*;		Babgulyás (1, 3, 5)*; Sajtos metélt (1)*; Sajt szórat (2)*; Tejöl (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;		Csokoládé ízű krémes rúd (1, 2)*;	
EN=267,20kcal FH=9,24g ZS=9,40g SZH=34,38g CK=9,65g SÓ=1,50g TZS=3,47g		EN=848,70kcal FH=36,28g ZS=32,77g SZH=98,94g CK=4,21g SÓ=1,54g TZS=4,84g		EN=218,40kcal FH=9,85g ZS=10,01g SZH=27,37g CK=6,16g SÓ=0,42g TZS=4,55g	
Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Meggyes gyümölcs Tea; Házi körözött (2)*;		Alföldileves (1, 3, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Romanobabfőzelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;		Csemege szalámi; Félbarna kenyér (1)*; Liga Margarin;	
EN=236,09kcal FH=11,23g ZS=3,82g SZH=38,30g CK=9,44g SÓ=0,98g TZS=0,24g		EN=789,69kcal FH=32,20g ZS=35,73g SZH=84,36g CK=6,01g SÓ=6,21g TZS=1,36g		EN=286,60kcal FH=9,00g ZS=13,00g SZH=33,42g CK=0,84g SÓ=1,78g TZS=4,98g	
Gyümölcs tea; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;		Csontleves (1, 3, 5)*; Bakonyi szelet (1, 2, 5)*; Bulgur (1, 5)*; Banán;		Méz; Teavaj (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	
EN=221,70kcal FH=5,48g ZS=3,00g SZH=42,88g CK=9,88g SÓ=0,94g TZS=0,78g		EN=892,58kcal FH=35,03g ZS=24,78g SZH=121,19g CK=3,56g SÓ=1,60g TZS=2,11g		EN=266,16kcal FH=5,31g ZS=10,44g SZH=39,46g CK=12,67g SÓ=0,86g TZS=7,08g	
Étlap változtatás jogát fenntartjuk! Jó étvágyat kívánunk Suli-Host Suli - Host Vendéglátó és Szolgáltató Kft. 6724 Szeged, Kenyérutcai út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016 E-mail: mail@suli-host.hu Étlap név: Iskola 'A' Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0 Tápanyagtartalom: EN=Szánított 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=Puhítósítek Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergén információkkal kapcsolatban érdeklőjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainkál.					

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2025.05.26.	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Fonottka (1, 2)*;	Meggyleves (1, 2)*; Sajtós panírozott halfilé (1, 2, 3, 4, 9)*; Rizibizi (5)*; Majonéz (3, 11)*;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Sárgarépa;
KEDD 2025.05.27.	EN=272,50kcal FH=8,17g ZS=5,35g SZH=46,40g CK=18,15g SÓ=0,73g TZS=3,45g	EN=775,13kcal FH=22,28g ZS=27,91g SZH=127,05g CK=30,16g SÓ=2,00g TZS=3,93g	EN=280,80kcal FH=9,48g ZS=13,10g SZH=31,17g CK=2,92g SÓ=1,78g TZS=5,16g
	Citromos tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Hónapos retek;	Daragalskaleves (1, 3, 5)*; Stefánia vagdalt (1, 3)*; Paradicsomos káposzta-főzelék (1, 5)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Almás táskas (1, 2, 3, 4, 6, 12, 13)*;
SZERDA 2025.05.28.	EN=279,24kcal FH=10,58g ZS=9,40g SZH=37,77g CK=9,86g SÓ=1,74g TZS=3,36g	EN=810,71kcal FH=31,88g ZS=31,71g SZH=94,13g CK=17,94g SÓ=2,28g TZS=2,46g	EN=234,50kcal FH=3,71g ZS=12,67g SZH=25,97g CK=0,00g SÓ=0,42g TZS=5,67g
	Lekvár; Liga Margarin; Felbarna kenyér (1)*; Csipkebogyó tea;	Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Bükki aprópecsenye (1, 2, 4, 5)*; Kuszusz (1, 5)*; Alma;	Göcsei csirkemellsonka (4)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
CSÜTÖRTÖK 2025.05.29.	EN=283,20kcal FH=5,57g ZS=3,02g SZH=57,94g CK=24,88g SÓ=0,96g TZS=0,78g	EN=877,39kcal FH=32,90g ZS=37,68g SZH=95,83g CK=7,78g SÓ=1,52g TZS=2,40g	EN=200,80kcal FH=11,68g ZS=5,00g SZH=27,48g CK=0,59g SÓ=1,90g TZS=1,64g
	Tejeskávé ízű tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Francia hagymakrémleves rizsszemléstával (1, 2, 3, 5, 6)*; Hortobágyi palacsinta (1, 2, 3, 5)*; Alma;	Zöldfűszeres halpástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
PÉNTEK 2025.05.30.	EN=252,97kcal FH=10,98g ZS=4,72g SZH=40,98g CK=12,56g SÓ=0,71g TZS=2,74g	EN=770,53kcal FH=27,84g ZS=42,55g SZH=65,63g CK=4,39g SÓ=1,35g TZS=2,47g	EN=234,60kcal FH=7,83g ZS=9,72g SZH=28,83g CK=0,42g SÓ=1,23g TZS=1,47g
	Erdei gyümölcs tea; Sonkakrém (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldhagyma;	Dörögcei csirkeraingleves (1, 2, 3, 5)*; Túrós tészta (1)*; Túrós (2)*; Tejföl (2)*; Porcukor (1, 13)*; Felbarna kenyér (1)*;	Gesztenyes párna (PP) (1, 2, 3, 6, 8)*;
	EN=244,80kcal FH=9,02g ZS=4,68g SZH=41,13g CK=9,56g SÓ=1,60g TZS=0,52g	EN=839,24kcal FH=43,01g ZS=24,81g SZH=109,45g CK=25,26g SÓ=1,15g TZS=1,24g	EN=236,60kcal FH=3,99g ZS=10,08g SZH=31,76g CK=0,00g SÓ=0,42g TZS=4,55g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTOR ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kenyérutcai út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016
E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:
Iskola 'A'

Tápanyagtartalom: EN=Számlított 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=Csilagfű; 15=Édesítőszer; 16=Puhítószer
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergén információkkal kapcsolatban érdeklőjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

Suli-Host
Étkezési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2025.04.28.-tól 2025.05.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alföldileves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő 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	147,01kcal	4,01g	3,72g	22,98g	0,80g	5,10g	0,66g
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
Almás táská Összetétel: Fagy. almás táská 50g, Fagy. almás táská 70g	234,50kcal	3,71g	12,67g	25,97g	0,00g	0,42g	5,67g
Aprópecsenye Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	342,20kcal	18,18g	26,72g	4,95g	0,48g	0,36g	0,31g
Babgulyás Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Szárazbab, Tojás, Vöröshagyma	312,28kcal	17,51g	15,73g	22,98g	1,10g	0,53g	0,26g
Bácskai rizseshús Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő 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	558,48kcal	22,42g	34,32g	57,64g	0,63g	1,10g	1,12g
Bakonyi szelet Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő 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	213,26kcal	21,00g	11,77g	4,47g	0,27g	0,47g	0,46g
Banán Összetétel: Banán	210,00kcal	2,60g	0,00g	48,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Baracklekvár Összetétel: Sárgabarack lekvár	73,80kcal	0,11g	0,03g	18,06g	18,00g	0,03g	0,00g
Baromfi fasírt Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Frikadell	180,53kcal	10,40g	10,81g	9,60g	0,00g	1,36g	2,69g
Bebo Mini Margarin Összetétel: Bebo mini margarin	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
BrokkolikréMLEVES Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Vöröshagyma	127,67kcal	5,00g	3,49g	17,32g	2,08g	0,53g	0,26g
Budapest ragu Összetétel: Csemege paprika, Csirkemáj, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Majoranna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	278,22kcal	19,45g	19,87g	3,57g	0,90g	0,43g	0,22g
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
Burgonyapüré Összetétel: Aro margarin, Burgonya, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%'	326,30kcal	7,61g	10,89g	45,08g	2,76g	0,49g	4,57g
Bükk aprópecsenye Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Finomliszt BL55, Füstölt kolbász, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	351,18kcal	16,85g	25,09g	12,19g	0,43g	0,42g	0,78g
Chilisbab Összetétel: Babérlevél, Bazsalikom, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Szárazbab, Tartósítószermentes sült paradicsom, Vöröshagyma	611,15kcal	34,74g	23,73g	60,64g	4,06g	0,37g	0,31g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2025.04.28.-tól 2025.05.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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	11,20kcal	0,48g	0,08g	1,92g	1,52g	1,20g	0,00g
Csikós tokány Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	330,66kcal	16,06g	26,93g	3,56g	0,55g	0,63g	1,54g
Csipkebogyó tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Csirke nuggets Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Csirke nuggets	205,06kcal	8,80g	10,43g	18,40g	0,00g	1,20g	3,13g
Csirke pörkölt Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étélizésítő 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
Csokoládé ízű 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
Csontleves Összetétel: Étélizésítő 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	127,64kcal	3,86g	3,04g	20,66g	1,38g	0,54g	0,41g
Daragaluskaleves 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', 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
Dörögicsei csirkeraguleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. romano bab, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	206,00kcal	16,44g	8,21g	16,30g	2,07g	0,51g	0,40g
Eper-csipkebogyó gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Erdei gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Erdei 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%'	179,43kcal	2,71g	1,31g	38,41g	19,73g	0,11g	0,45g
Erdei-bodzás gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Fatörzskifli Összetétel: Fatörzskifli 57g	180,12kcal	4,33g	3,59g	31,46g	6,16g	0,40g	1,82g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	64,08kcal	2,14g	0,24g	13,34g	0,31g	0,34g	0,02g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2025.04.28.-tól 2025.05.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	160,20kcal	5,34g	0,60g	33,36g	0,78g	0,84g	0,06g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	80,10kcal	2,67g	0,30g	16,68g	0,39g	0,42g	0,03g
Fonottka Összetétel: Fonottka 50g	147,50kcal	4,05g	1,35g	28,90g	1,90g	0,50g	0,70g
Francia hagymakremleves rizsszemtésztaival Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Tojásos rizsszem tészta, Vöröshagyma	151,81kcal	2,95g	7,24g	18,76g	3,63g	0,45g	0,65g
Frankfurtileves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveSZöldség, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Virsli, Virsli Pulyka Gallicoop, Vöröshagyma	299,77kcal	4,91g	17,24g	21,55g	0,88g	1,42g	1,71g
Gesztenyés párna (PP) Összetétel: Fagy. gesztenyés párna 50 g , Fagy. gesztenyés rúd 70 g	236,60kcal	3,99g	10,08g	31,78g	0,00g	0,42g	4,55g
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, Étélizesítő 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
Gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Gyümölcsös krémjoghurt Összetétel: Gyümölcsös krémjoghurt 125g	125,00kcal	4,12g	4,00g	17,50g	16,25g	0,23g	2,75g
Halas Bolognai szósz Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	273,92kcal	19,70g	8,63g	28,06g	4,58g	1,70g	0,82g
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
Hónapos retek Összetétel: Hónapos retek	7,50kcal	0,50g	0,00g	1,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Hortobágyi palacsinta Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. palacsinta, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tej '1,5%', Tejföl '12%', Vöröshagyma	581,52kcal	24,41g	35,31g	38,47g	0,71g	0,90g	1,81g
Hot-Dog Összetétel: Hosszú zsemle53g, Ketchup, Mustár, Virsli, Virsli Pulyka Gallicoop	252,21kcal	9,29g	10,20g	29,61g	0,32g	1,54g	3,22g
Húsos tarhonya Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő 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
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,15g	3,60g
Kakaós csiga Összetétel: Fagy. kakaós csiga 50g , Fagy. kakaós csiga 70g	275,80kcal	4,13g	13,65g	32,97g	12,88g	0,66g	6,86g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2025.04.28.-tól 2025.05.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kenőmájas Összetétel: Kenőmájas	107,20kcal	4,00g	9,60g	1,16g	0,52g	0,88g	3,92g
Kertészleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Kelkáposzta, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	109,50kcal	3,74g	2,53g	17,45g	1,64g	0,52g	0,34g
Ketchup Összetétel: Ketchup	20,90kcal	0,07g	0,00g	1,13g	0,86g	0,16g	0,00g
Kifli Összetétel: Kifli 43g	126,85kcal	3,53g	1,16g	24,77g	1,63g	0,47g	0,60g
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	93,00kcal	3,20g	7,00g	4,26g	0,00g	1,24g	4,50g
Körte Összetétel: Körte	62,40kcal	0,48g	0,00g	14,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Kuszkusz Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Kuszkusz, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	348,78kcal	9,67g	9,75g	53,25g	3,39g	0,60g	1,21g
Lapkasajt Összetétel: Lapkasajt	155,50kcal	13,00g	11,50g	0,00g	0,00g	1,00g	7,50g
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, Örölt 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
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
Magyaros gombaleves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	127,34kcal	4,80g	3,53g	18,45g	1,47g	0,55g	0,31g
Magyaros sült csirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. pritamin paprika, Natúr 30%-os lecsó, Só 'jódozott', Szárnyas fűszerkeverék, Vöröshagyma	246,75kcal	27,53g	9,74g	2,20g	0,42g	0,80g	0,10g
Magyaros vajkrém Összetétel: Magyaros vajkrém	48,60kcal	0,80g	4,60g	1,00g	0,00g	0,08g	2,92g
Májgaluskaleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Majoranna, Örölt 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: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes makaróni	300,34kcal	8,54g	6,50g	51,87g	2,80g	0,17g	0,81g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2025.04.28.-tól 2025.05.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Mákos cukor Összetétel: Mák, Porcukor	222,00kcal	3,60g	12,00g	23,40g	15,93g	0,01g	1,50g
Mákos metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	308,63kcal	8,54g	7,42g	51,87g	2,80g	0,19g	0,91g
Margarinos pogácsa 70g Összetétel: Margarinós pogácsa	259,70kcal	6,79g	6,72g	42,28g	7,91g	0,53g	3,43g
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
Meggyleves Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	192,16kcal	3,16g	1,31g	41,08g	24,80g	0,12g	0,55g
Méz Összetétel: Vegyes virág méz	45,00kcal	0,05g	0,00g	12,36g	12,32g	0,02g	0,00g
Molnárka Összetétel: Molnárka 55g	174,90kcal	3,96g	3,91g	30,03g	4,95g	0,39g	2,04g
Napraforgómagos fonottka Összetétel: Kelt fonottka napraforgómaggal	236,40kcal	5,52g	6,90g	36,60g	6,00g	0,42g	2,64g
Palóclevés Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő 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	270,45kcal	12,67g	17,14g	14,02g	1,55g	0,47g	0,35g
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	11,50kcal	0,50g	0,10g	2,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Paradicsomos káposzta-főzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Fejes káposzta, Finomliszt BL55, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	177,88kcal	5,01g	3,40g	31,64g	15,62g	0,36g	0,35g
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: Étélizésítő 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
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizésítő 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: Étélizésítő 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
Porcukor Összetétel: Porcukor	80,00kcal	0,00g	0,00g	20,00g	20,00g	0,00g	0,00g
Rántott sajt 'mirelit' Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. panírozott sajt	217,70kcal	9,75g	11,60g	19,50g	0,75g	0,83g	0,12g
Reszelt tésztaleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	132,12kcal	3,90g	3,55g	20,78g	0,89g	0,54g	0,47g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2025.04.28.-tól 2025.05.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Rizibizi Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rízs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	286,08kcal	6,87g	10,50g	60,47g	2,26g	0,45g	1,13g
Romanobabfőzelék Összetétel: 10%-os ételecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. romano bab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	200,51kcal	7,37g	4,98g	35,27g	4,13g	0,31g	0,35g
Rozsos párna Összetétel: Rozsos párna 56g	169,68kcal	4,93g	2,74g	30,46g	0,45g	0,62g	0,50g
Rúdvagdalt Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	343,69kcal	18,72g	23,34g	12,12g	0,88g	0,62g	0,38g
Sajt szórat Összetétel: Trappista sajt	62,40kcal	5,00g	4,40g	0,60g	0,00g	0,40g	3,00g
Sajt szórat Összetétel: Trappista sajt	78,00kcal	6,25g	5,50g	0,75g	0,00g	0,50g	3,75g
Sajtkrém Összetétel: Natúr sajtkrém	74,00kcal	2,60g	5,68g	3,20g	0,00g	0,70g	3,68g
Sajtos metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	300,34kcal	8,54g	6,50g	51,87g	2,80g	0,17g	0,81g
Sajtos panírozott halfilé Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Halfilé sajttal	240,09kcal	12,10g	10,95g	23,10g	1,76g	1,10g	1,57g
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
Sárgaborsófőzelék Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sárgaborsó, Só 'jódozott', Vöröshagyma	280,95kcal	15,30g	4,77g	42,55g	0,37g	0,31g	0,41g
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
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	340,88kcal	18,20g	26,79g	4,37g	0,78g	0,46g	0,32g
Sonkakrém Összetétel: Mecom Toast sonkás szelet, Natúr vajkrém	57,90kcal	3,45g	4,00g	2,05g	0,16g	0,76g	0,28g
Spenótfőzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	224,41kcal	9,62g	5,93g	32,96g	8,60g	0,45g	1,30g
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 debreceni kolbász Összetétel: Debreceni kolbász, Étolaj 'napraforgó'	252,22kcal	9,17g	23,68g	0,59g	0,20g	1,37g	7,37g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2025.04.28.-tól 2025.05.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Szarvacska tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes szarvacska tészta	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
Tárkonyos burgonyaleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tárkony, Tejföl '12%', Vöröshagyma	140,65kcal	3,45g	3,28g	22,31g	0,62g	0,76g	0,23g
Tárkonyos sertésragu leves Összetétel: Citromlé 40%, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tárkony, Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	275,66kcal	13,58g	16,96g	15,57g	1,90g	0,64g	0,36g
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 UHT '1,5%'	110,00kcal	7,50g	3,75g	11,75g	11,75g	0,33g	2,50g
Tej Összetétel: Tej '1,5%'	110,00kcal	7,75g	3,75g	11,50g	11,50g	0,25g	2,25g
Tejeskávé ízű tej Összetétel: Tej '1,5%', Vita-d tejeskávé (Gast-Food)	126,13kcal	7,45g	3,56g	16,21g	10,93g	0,24g	2,14g
Tejföl Összetétel: Tejföl '12%'	56,80kcal	1,36g	4,80g	1,60g	0,00g	0,01g	0,00g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	134,40kcal	5,22g	0,60g	27,06g	0,36g	0,84g	0,24g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	53,76kcal	2,09g	0,24g	10,82g	0,14g	0,34g	0,10g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	76,16kcal	2,96g	0,34g	15,33g	0,20g	0,48g	0,14g
Teljes kiőrlésű zsemle Összetétel: Teljes kiőrlésű zsemle 50g	126,50kcal	4,30g	0,60g	24,25g	0,35g	0,60g	0,35g
Temesvári sertésszelet Összetétel: 'Fűszer' - Húspuhító, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Sertés karaj 'csn' szeletelt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	279,28kcal	23,70g	14,93g	10,53g	0,94g	0,58g	0,93g
Tiramisu ízű tej Összetétel: Gf instant tiramisu ízű tejizésítő, 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

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2025.04.28.-tól 2025.05.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Túrós bukta Összetétel: Túrós bukta 70g	448,00kcal	18,20g	10,50g	68,60g	23,80g	0,67g	0,14g
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
Vágott tojásleves Összetétel: 10%-os ételectet, Babérlevél, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojás főzött, tisztított, Tojáslé, Vöröshagyma	120,60kcal	5,90g	6,64g	5,64g	0,48g	0,62g	1,61g
Vajkrém Összetétel: Natúr vajkrém	48,20kcal	0,86g	4,40g	1,30g	0,05g	0,08g	0,00g
Vegyes saláta Összetétel: 10%-os ételectet, Fejes káposzta, Kigyo uborka, Köménymag, Kristálycukor, Lillahagyma, Sárgarépa, Só 'jódozott'	74,65kcal	1,44g	0,20g	16,40g	11,60g	0,20g	0,01g
Zala felvágott Összetétel: Zala felvágott	82,80kcal	5,60g	6,80g	0,72g	0,20g	0,88g	2,40g
Zellerkrémleves Összetétel: Burgonya, Étélizésítő 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
Zöldborsófőzelék 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 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	140,23kcal	5,89g	2,82g	22,00g	3,95g	0,50g	0,40g
Zöldfűszeres halpástétom Összetétel: Zöldfűszeres harcsapástétom	100,20kcal	2,61g	9,12g	1,77g	0,06g	0,39g	1,23g
Zöldhagyma Összetétel: Zöldhagyma	12,60kcal	0,27g	0,09g	2,55g	0,00g	0,00g	0,00g
Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika	10,00kcal	0,60g	0,15g	1,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Zöltségkrémleves Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. leveszöltség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	194,44kcal	6,42g	3,30g	33,55g	2,40g	0,52g	0,17g
Zsemle Összetétel: Vizes zsemle 53g	140,45kcal	4,24g	0,53g	28,67g	0,16g	0,64g	0,32g