

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2023.05.29.			
KEDD 2023.05.30.	Tej (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Jókai bablevés (1, 2, 4, 5)*; Darás metélt (1)*; Baracklekvár; Porcukor (1, 13)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka;
	EN=284,90kcal FH=11,46g ZS=7,66g SZH=41,78g CK=16,70g SÓ=0,71g TZS=4,54g	EN=948,15kcal FH=31,24g ZS=26,43g SZH=143,57g CK=42,32g SÓ=1,20g TZS=2,19g	EN=187,80kcal FH=5,90g ZS=3,05g SZH=34,27g CK=0,84g SÓ=0,94g TZS=0,78g
SZERDA 2023.05.31.	Zöldtea-citrusos; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*; Kigyóuborka;	Gyümölcsleves (1, 2)*; Sajtós korong (1, 2, 3, 4, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Paradicsomos halpástétom (9)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=287,15kcal FH=9,68g ZS=9,38g SZH=39,65g CK=9,46g SÓ=1,53g TZS=3,44g	EN=782,52kcal FH=23,94g ZS=23,74g SZH=112,18g CK=26,84g SÓ=2,72g TZS=7,88g	EN=294,60kcal FH=8,90g ZS=12,80g SZH=35,88g CK=0,86g SÓ=1,36g TZS=1,70g
CSÜTÖRTÖK 2023.06.01.	Főzött kakaó (2, 4)*; Liga Margarin; Kifli (1, 2)*;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Mézes-mustáros csirke csíkok (1, 5, 11)*; Párolt rizs (5)*; Alma;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;
	EN=317,76kcal FH=11,94g ZS=7,94g SZH=48,66g CK=25,19g SÓ=0,82g TZS=3,96g	EN=736,65kcal FH=33,50g ZS=23,68g SZH=114,58g CK=8,19g SÓ=1,41g TZS=2,10g	EN=260,80kcal FH=8,88g ZS=13,00g SZH=27,12g CK=0,42g SÓ=1,78g TZS=5,16g
PÉNTEK 2023.06.02.	Citromos tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Filézett halászlé (5, 9)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Alma;	Sajtós pogácsa (1, 2)*;
	EN=307,14kcal FH=11,50g ZS=9,85g SZH=44,04g CK=10,08g SÓ=1,82g TZS=3,18g	EN=743,51kcal FH=24,44g ZS=27,18g SZH=99,97g CK=22,07g SÓ=3,69g TZS=5,27g	EN=270,90kcal FH=6,65g ZS=9,94g SZH=37,59g CK=1,26g SÓ=1,89g TZS=4,97g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Iskola 'A'

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ; TZS=Telített zsír;

(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal;

10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfű; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2023.06.05.	Zöldtea-citrusos; Vajkrém (2)*; Teljes kiörlésű zsemle (1)*;	Karfiolleves (1, 3, 5)*; Csikós tokány (1, 2, 5)*; Bulgur (1, 5)*; Alma;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Félbarna kenyér (1)*; Liga Margarin;
	EN=214,60kcal FH=5,24g ZS=5,00g SZH=35,02g CK=9,44g SÓ=0,68g TZS=0,35g	EN=889,55kcal FH=31,09g ZS=41,52g SZH=86,21g CK=4,88g SÓ=1,74g TZS=3,07g	EN=261,00kcal FH=10,20g ZS=9,40g SZH=34,02g CK=1,04g SÓ=1,74g TZS=3,18g
KEDD 2023.06.06.	Meggyes gyümölcs Tea; Házi körözött (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Lebbencsleves (1, 5)*; Sertésvagdalt (1, 3, 5)*; Zöldborsófőzelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Liga Margarin; Rozsos párna (1, 12)*; Kigyóuborka;
	EN=236,09kcal FH=11,29g ZS=3,82g SZH=38,30g CK=9,44g SÓ=0,98g TZS=0,24g	EN=881,91kcal FH=39,71g ZS=29,70g SZH=106,96g CK=29,29g SÓ=1,91g TZS=2,29g	EN=197,28kcal FH=5,49g ZS=5,19g SZH=31,37g CK=0,51g SÓ=0,71g TZS=1,22g
SZERDA 2023.06.07.	Karamellás tej (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Tárkonyos csirkeragu leves (1, 3, 5)*; Aranygaluska (1, 2, 3)*; Vanília öntet (1, 2)*;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Alma;
	EN=315,30kcal FH=10,47g ZS=7,05g SZH=51,69g CK=26,61g SÓ=0,59g TZS=3,92g	EN=753,19kcal FH=29,98g ZS=21,13g SZH=108,28g CK=45,43g SÓ=1,58g TZS=7,75g	EN=276,00kcal FH=11,36g ZS=9,80g SZH=36,24g CK=0,62g SÓ=1,82g TZS=3,36g
CSÜTÖRTÖK 2023.06.08.	Tej (2)*; Kenőmájás (1, 2, 4)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Burgonyagombóc leves (1, 5)*; Rizseshús (5)*; Uborkasaláta;	Vaníliás krémturó (1, 2, 13)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=351,60kcal FH=16,72g ZS=13,95g SZH=39,97g CK=12,63g SÓ=2,04g TZS=6,66g	EN=751,72kcal FH=27,02g ZS=39,23g SZH=83,28g CK=6,93g SÓ=2,11g TZS=1,61g	EN=226,63kcal FH=11,08g ZS=3,08g SZH=38,31g CK=4,37g SÓ=0,84g TZS=0,06g
PÉNTEK 2023.06.09.	Citromos tea; Főtt tojás (3)*; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Bazsalikomos paradicsomleves (1, 3, 5)*; Rakott burgonya (1, 2, 3, 4, 5)*; Alma;	Kakaós csiga (1, 2)*;
	EN=265,89kcal FH=10,23g ZS=7,41g SZH=36,48g CK=9,64g SÓ=1,10g TZS=2,31g	EN=827,59kcal FH=24,96g ZS=33,25g SZH=99,08g CK=19,28g SÓ=1,86g TZS=7,58g	EN=292,60kcal FH=3,78g ZS=14,63g SZH=35,49g CK=12,53g SÓ=0,49g TZS=7,35g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Iskola 'A'

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ; TZS=Telített zsír;

(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal;

10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2023.06.12.	Csipkebogyó tea; Kigyóuborka; Félbarna kenyér (1)*; Vajkrém (2)*;	Sertésraguleves (1, 3, 5)*; Csirke nuggets (1, 2, 3, 4, 11)*; Burgonyafőzelék (1, 2)*;	Sonkás májaskrém; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;
	EN=254,30kcal FH=6,78g ZS=5,05g SZH=44,97g CK=9,87g SÓ=0,92g TZS=0,06g	EN=790,69kcal FH=30,77g ZS=32,87g SZH=85,85g CK=3,76g SÓ=1,99g TZS=3,66g	EN=261,60kcal FH=8,90g ZS=12,84g SZH=27,50g CK=0,36g SÓ=1,43g TZS=4,88g
KEDD 2023.06.13.	Erdei-bodzás gyümölcs tea; Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Meggyleves (1, 2)*; Bükki aprópecsenye (1, 2, 4, 5)*; Petrezselymes rizs (5)*; Alma;	Lekváros bukta (1, 2, 3)*;
	EN=300,70kcal FH=8,96g ZS=13,00g SZH=36,59g CK=9,46g SÓ=1,78g TZS=5,16g	EN=802,62kcal FH=24,23g ZS=35,09g SZH=113,92g CK=25,62g SÓ=0,85g TZS=2,23g	EN=259,00kcal FH=4,41g ZS=4,27g SZH=49,42g CK=16,59g SÓ=0,49g TZS=2,17g
SZERDA 2023.06.14.	Citromos tea; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Sárgaborsógulyás (1, 3, 5)*; Diós metélt (1)*; Diós porcukor (1, 6, 13)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*;
	EN=318,54kcal FH=9,76g ZS=10,41g SZH=43,84g CK=9,95g SÓ=1,29g TZS=3,67g	EN=919,36kcal FH=34,06g ZS=38,48g SZH=105,50g CK=19,44g SÓ=1,03g TZS=1,04g	EN=244,85kcal FH=9,90g ZS=9,73g SZH=29,45g CK=0,42g SÓ=1,61g TZS=3,44g
CSÜTÖRTÖK 2023.06.15.	Tejeskávé (1, 2)*; Liga Margarin; Kifli (1, 2)*;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Mediterrán csirkeapró (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Kuskusz (1, 5)*; Alma;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;
	EN=307,25kcal FH=11,22g ZS=7,10g SZH=48,71g CK=22,30g SÓ=0,82g TZS=3,41g	EN=842,53kcal FH=37,63g ZS=22,58g SZH=116,34g CK=11,13g SÓ=1,66g TZS=2,22g	EN=235,20kcal FH=10,08g ZS=9,40g SZH=27,72g CK=0,62g SÓ=1,74g TZS=3,36g
PÉNTEK 2023.06.16.	Tej (2)*; Liga Margarin; Fonottka (1, 2)*;	Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Sajtos panírozott halfilé (1, 2, 3, 4, 9)*; Burgonyapüré (2, 4)*;	Mogyorókrém (2, 6, 8)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Alma;
	EN=279,10kcal FH=11,61g ZS=7,50g SZH=40,71g CK=13,71g SÓ=0,92g TZS=3,92g	EN=797,97kcal FH=36,10g ZS=27,51g SZH=95,71g CK=6,01g SÓ=2,37g TZS=5,87g	EN=232,35kcal FH=5,95g ZS=4,35g SZH=41,96g CK=0,36g 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 'A'

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ; TZS=Telített zsír;

(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal;

10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2023.06.19.	Erdei gyümölcs tea; Méz; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Palócleves (1, 2, 3, 5)*; Natúr baromfi érme (1, 2, 3, 4, 11)*; Almamártás (1, 2)*; Pirított dara (1)*;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Kukoricás kenyér (1)*; Alma;
	EN=240,90kcal FH=5,41g ZS=3,00g SZH=48,95g CK=21,77g SÓ=0,95g TZS=0,96g	EN=804,50kcal FH=28,53g ZS=33,93g SZH=91,08g CK=29,79g SÓ=2,64g TZS=4,16g	EN=315,40kcal FH=8,52g ZS=12,88g SZH=39,96g CK=0,18g SÓ=1,78g TZS=5,16g
KEDD 2023.06.20.	Tej (2)*; Liga Margarin; Molnárka (1, 2, 3)*;	Reszelt tésztaleves (1, 3, 5)*; Paprikásburgonya (1, 3, 5)*; Csemege uborka (11)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Sajtkrém (2, 5)*; Rozsos párna (1, 12)*; Alma;
	EN=306,50kcal FH=11,52g ZS=10,05g SZH=41,84g CK=16,76g SÓ=0,81g TZS=5,25g	EN=738,12kcal FH=31,10g ZS=33,03g SZH=76,42g CK=3,57g SÓ=3,16g TZS=1,05g	EN=299,38kcal FH=8,66g ZS=9,84g SZH=42,86g CK=0,45g SÓ=1,49g TZS=5,10g
SZERDA 2023.06.21.	Citromos tea; Házi körözött (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Tarhonyaleves (1, 5)*; Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Tökfőzelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Kakaós csiga (1, 2)*;
	EN=238,73kcal FH=11,71g ZS=3,87g SZH=38,73g CK=9,44g SÓ=0,98g TZS=0,24g	EN=782,49kcal FH=29,51g ZS=32,80g SZH=86,54g CK=15,17g SÓ=2,11g TZS=2,18g	EN=292,60kcal FH=3,78g ZS=14,63g SZH=35,49g CK=12,53g SÓ=0,49g TZS=7,35g
CSÜTÖRTÖK 2023.06.22.	Tejeskávé (1, 2)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*;	Brokkolikrémleves gyöngykgagylóval (1, 2, 3, 5, 6)*; Hentes tokány (1, 11)*; Párolt rizs (5)*;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=320,85kcal FH=11,93g ZS=6,47g SZH=52,61g CK=20,82g SÓ=0,98g TZS=3,12g	EN=746,25kcal FH=26,65g ZS=38,68g SZH=89,23g CK=2,52g SÓ=1,84g TZS=2,94g	EN=248,80kcal FH=11,48g ZS=9,95g SZH=29,34g CK=0,62g SÓ=1,82g TZS=3,36g
PÉNTEK 2023.06.23.	Tej (2)*; Kenőmájas (1, 2, 4)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Csirke pörkölt (1, 2, 5)*; Tészta 'Orsó' (1)*; Uborkasaláta;	Joghurt (2)*; Kifli (1, 2)*;
	EN=351,60kcal FH=16,72g ZS=13,95g SZH=39,97g CK=12,63g SÓ=2,04g TZS=6,66g	EN=817,83kcal FH=43,78g ZS=34,96g SZH=78,37g CK=9,57g SÓ=1,25g TZS=1,86g	EN=219,85kcal FH=8,63g ZS=6,56g SZH=30,77g CK=7,63g SÓ=0,62g TZS=4,20g

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 'A'

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ; TZS=Telített zsír;

(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal;

10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2023.06.26.	Tej (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Frankfurtiléves (1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*; Alma;	Liga Margarin; Csemege szalámi; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;
	EN=284,90kcal FH=11,46g ZS=7,66g SZH=41,78g CK=16,70g SÓ=0,71g TZS=4,54g	EN=867,60kcal FH=17,53g ZS=36,66g SZH=105,22g CK=19,61g SÓ=1,62g TZS=4,12g	EN=260,80kcal FH=8,88g ZS=13,00g SZH=27,12g CK=0,42g SÓ=1,78g TZS=5,16g
KEDD 2023.06.27.	Meggyes gyümölcs Tea; Teavaj (2)*; Hosszú zsemle (1)*; Kigyóuborka;	Csontleves (1, 3, 5)*; Chilisbab (1, 5)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Kukoricás kenyér (1)*;
	EN=268,87kcal FH=4,71g ZS=10,42g SZH=38,12g CK=9,20g SÓ=0,64g TZS=7,16g	EN=778,66kcal FH=40,30g ZS=26,86g SZH=89,38g CK=5,39g SÓ=1,38g TZS=0,79g	EN=252,60kcal FH=9,24g ZS=9,28g SZH=32,16g CK=0,38g SÓ=1,74g TZS=3,36g
SZERDA 2023.06.28.	Tej (2)*; Magyarárókrém (2, 6, 8)*; Félbarna kenyér (1)*;	Alföldileves csipetkével (1, 3, 5)*; Bácskai rizseshús (5)*; Uborkasaláta;	Kenőmájas (1, 2, 4)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;
	EN=330,95kcal FH=13,09g ZS=8,10g SZH=51,61g CK=12,53g SÓ=1,17g TZS=2,56g	EN=762,50kcal FH=28,19g ZS=37,47g SZH=93,32g CK=7,67g SÓ=1,89g TZS=1,48g	EN=241,60kcal FH=9,22g ZS=10,20g SZH=28,22g CK=0,88g SÓ=1,72g TZS=4,16g
CSÜTÖRTÖK 2023.06.29.	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Liga Margarin; Teljes kiörlésű egyenes kifli (1)*;	Tárkonyos zöldségleves galuskával (1, 3, 5)*; Roston sült hal tepsiben (1, 5, 9)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Vegyes saláta;	Briós (1, 2, 3)*; Őszibarack;
	EN=271,10kcal FH=8,48g ZS=7,00g SZH=41,31g CK=16,66g SÓ=0,93g TZS=3,77g	EN=713,62kcal FH=28,21g ZS=22,41g SZH=100,29g CK=16,11g SÓ=2,81g TZS=5,15g	EN=323,60kcal FH=6,37g ZS=5,25g SZH=60,92g CK=16,45g SÓ=0,49g TZS=2,59g
PÉNTEK 2023.06.30.	Citromos tea; Tojáskrémm (2, 3, 4, 11)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Paradicsom;	Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Bolognai szósz; Spagetti (1)*; Sajt szórát (2)*;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Kukoricás kenyér (1)*;
	EN=298,24kcal FH=9,64g ZS=10,46g SZH=38,69g CK=9,53g SÓ=1,29g TZS=3,85g	EN=767,77kcal FH=33,62g ZS=35,14g SZH=76,40g CK=11,15g SÓ=1,65g TZS=4,97g	EN=256,20kcal FH=10,04g ZS=9,68g SZH=32,28g CK=0,38g SÓ=1,82g TZS=3,36g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Iskola 'A'

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ; TZS=Telített zsír;

(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal;

10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A' Időszak: 2023.06.01.-től 2023.06.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Álföldileves csipetkével Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	170,70kcal	4,78g	3,05g	28,98g	2,04g	0,59g	0,36g
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	37,20kcal	0,48g	0,00g	8,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Almamártás Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fahéj, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	203,02kcal	2,69g	1,17g	43,73g	28,24g	0,23g	0,00g
Aranygaluska Összetétel: Aranygaluska	424,80kcal	8,64g	11,88g	69,12g	26,28g	0,60g	4,92g
Bácskai rizseshús Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	558,48kcal	22,42g	34,32g	57,64g	0,63g	1,10g	1,12g
Bazsalikomos paradicsomleves Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tojásos betű tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	204,60kcal	4,80g	4,34g	36,11g	18,58g	0,52g	0,49g
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	281,92kcal	15,07g	20,68g	7,02g	4,57g	0,56g	0,70g
Briós Összetétel: Briós 50g, Briós 70g	274,40kcal	5,53g	5,25g	50,12g	16,45g	0,49g	2,59g
BrokkolikréMLEVES gyöngyagylóval Összetétel: Burgonya, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	179,72kcal	6,46g	3,51g	28,99g	1,92g	0,52g	0,36g
Bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	333,38kcal	7,57g	9,05g	47,65g	1,92g	0,60g	1,13g
Burgonyafőzelék Összetétel: 10%-os ételectet, 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, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. nudli, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	156,79kcal	3,81g	3,94g	19,77g	1,43g	0,96g	0,40g
Burgonyapüré Összetétel: Aro margarin, Burgonya, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%'	305,70kcal	7,30g	8,94g	44,62g	2,30g	0,47g	3,70g
Bükk aprópecsenye Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Finomliszt BL55, Füstölt kolbász, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	328,33kcal	16,01g	24,57g	8,65g	0,43g	0,42g	0,78g
Chilisbab Összetétel: Babérlevél, Bazsalikom, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Szárazbab, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	611,15kcal	34,74g	23,73g	60,64g	4,06g	0,37g	0,31g
Citromos tea Összetétel: 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

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A' Időszak: 2023.06.01.-től 2023.06.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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	360,16kcal	17,81g	29,32g	3,59g	0,55g	0,63g	1,54g
Csipebogyó tea Összetétel: 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	188,48kcal	8,25g	9,36g	17,25g	0,00g	1,13g	2,89g
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	187,71kcal	20,85g	8,31g	6,11g	0,78g	0,38g	0,37g
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	91,34kcal	2,61g	2,79g	13,40g	1,13g	0,53g	0,34g
Daragalus kaleves 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	204,00kcal	5,83g	5,08g	32,14g	1,10g	0,57g	0,69g
Diós metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	283,76kcal	8,54g	4,66g	51,87g	2,80g	0,19g	0,61g
Diós porcukor Összetétel: Dióbél, Porcukor	256,20kcal	5,58g	17,10g	18,51g	15,00g	0,00g	0,00g
Erdei gyümölcs tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Erdei-bodzás gyümölcs tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	64,08kcal	2,14g	0,24g	13,34g	0,31g	0,34g	0,02g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	80,10kcal	2,67g	0,30g	16,68g	0,39g	0,42g	0,03g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	160,20kcal	5,34g	0,60g	33,36g	0,78g	0,84g	0,06g
Filézett 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	121,92kcal	9,73g	7,52g	5,48g	3,19g	3,16g	2,76g
Fonottka Összetétel: Fonottka 50g	147,50kcal	4,05g	1,35g	28,90g	1,90g	0,50g	0,70g
Főtt tojás Összetétel: Tojás főzött, tisztított	73,35kcal	4,95g	4,41g	0,32g	0,18g	0,16g	1,35g
Főzött kakaó Összetétel: Kakaópor 22%, Kristálycukor, Tej '1,5%'	169,31kcal	8,35g	4,38g	23,83g	23,50g	0,25g	2,64g
Frankfurtileves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő 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

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A' Időszak: 2023.06.01.-től 2023.06.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Gyümölcsös krémjoghurt Összetétel: Gyümölcsös krémjoghurt 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	312,73kcal	15,63g	24,83g	4,65g	0,38g	0,88g	1,48g
Hosszú zsemle Összetétel: Hosszú zsemle53g	136,21kcal	4,08g	0,53g	27,77g	0,16g	0,64g	0,32g
Húsgombóclevés Összetétel: Babérlevél, Citromlé 40%, Ételizeítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojáspor, Vöröshagyma	271,59kcal	13,39g	17,29g	13,69g	0,99g	0,50g	0,37g
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,15g	3,60g
Kakaós csiga Összetétel: Kakaós csiga 50g, Kakaós csiga 70g	292,60kcal	3,78g	14,63g	35,49g	12,53g	0,49g	7,35g
Karamellás tej Összetétel: Kristálycukor, Tej '1,5%'	140,40kcal	6,51g	3,15g	21,66g	21,66g	0,21g	1,89g
Karfiolleves Összetétel: Ételizeítő 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
Kenőmájás Összetétel: Kenőmájás	107,20kcal	4,00g	9,60g	1,16g	0,52g	0,88g	3,92g
Kifli Összetétel: Kifli 43g	126,85kcal	3,53g	1,16g	24,77g	1,63g	0,47g	0,60g
Kígyóuborka Összetétel: Kígyó uborka	6,00kcal	0,50g	0,05g	0,85g	0,00g	0,00g	0,00g
Kukoricás kenyér Összetétel: Kukoricás kenyér	151,80kcal	4,38g	0,48g	31,50g	0,12g	0,84g	0,24g
Kuskusz Összetétel: Ételizeítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Kuskusz, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	348,78kcal	9,67g	9,75g	53,25g	3,39g	0,60g	1,21g
Lebbencsleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Ételizeítő 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	184,41kcal	5,14g	4,06g	29,90g	2,50g	0,65g	0,79g
Lekváros bukta Összetétel: Lekváros bukta 70g	259,00kcal	4,41g	4,27g	49,42g	16,59g	0,49g	2,17g
Liga Margarin Összetétel: Liga margarin	21,60kcal	0,06g	2,40g	0,06g	0,06g	0,10g	0,72g
Májgaluskaleves Összetétel: Ételizeítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Majoranna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés máj, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	252,18kcal	16,70g	7,63g	27,99g	1,95g	0,80g	0,60g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2023.06.01.-től 2023.06.30.-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
Mediterrán csirkeapró Összetétel: Ananász konzerv, Bazsalikom, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Gyömbér, Kristálycukor, Oregánó, Sertés fűszerkeverék, Só 'jódozott', Tartósítószermentes süritett paradicsom, Vöröshagyma	252,55kcal	21,65g	7,75g	22,54g	6,64g	0,49g	0,32g
Meggyes gyümölcs Tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea 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%'	189,80kcal	3,10g	1,11g	41,00g	24,80g	0,12g	0,44g
Méz Összetétel: Vegyes virág méz	45,00kcal	0,05g	0,00g	12,36g	12,32g	0,02g	0,00g
Mézes-mustáros csirke csíkok Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vegyes virág méz, Vöröshagyma	241,65kcal	22,64g	8,26g	18,45g	6,87g	0,39g	0,31g
Mogyorókrém Összetétel: Nutella	60,75kcal	0,25g	3,75g	6,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Molnárka Összetétel: Molnárka 55g	174,90kcal	3,96g	3,91g	30,03g	4,95g	0,39g	2,04g
Natúr baromfi érme Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Natúr baromfi érme Valdor	165,63kcal	9,60g	11,56g	5,44g	0,00g	1,44g	3,40g
Ősziarack Összetétel: Ősziarack	49,20kcal	0,84g	0,00g	10,80g	0,00g	0,00g	0,00g
Palócleves Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kóménymag, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojasos kiskocka tészta, Vöröshagyma	270,45kcal	12,67g	17,14g	14,02g	1,55g	0,47g	0,35g
Paprikásburgonya Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. galuska, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Kóménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	556,39kcal	25,14g	29,26g	46,05g	0,76g	0,78g	0,52g
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	11,50kcal	0,50g	0,10g	2,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Párolt rizs Összetétel: Étélizesítő 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 rizs Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	247,29kcal	4,64g	9,42g	55,87g	0,39g	0,31g	1,01g
Pírtott dara Összetétel: Búzadara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	165,40kcal	3,57g	4,06g	27,89g	0,00g	0,50g	0,40g
Rakott burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizesítő 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

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A' Időszak: 2023.06.01.-től 2023.06.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Reszelt tésztaleves Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	113,97kcal	3,27g	3,42g	17,15g	0,76g	0,54g	0,43g
Rizseshús Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Örölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	561,60kcal	22,21g	35,18g	56,80g	0,50g	0,95g	1,21g
Roston sült hal tepsiben Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	238,19kcal	14,43g	10,89g	20,28g	0,43g	1,62g	1,19g
Rozsos párna Összetétel: Rozsos párna 56g	169,68kcal	4,93g	2,74g	30,46g	0,45g	0,62g	0,50g
Rúdvagdalt Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, Örölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	314,19kcal	16,97g	20,95g	12,09g	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
Sajtkrém Összetétel: Natúr sajtkrém	92,50kcal	3,25g	7,10g	4,00g	0,00g	0,88g	4,60g
Sajtos panírozott halfilé Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Halfilé sajttal	240,09kcal	12,10g	10,95g	23,10g	1,76g	1,10g	1,57g
Sajtos pogácsa Összetétel: Sajtos pogácsa 50g, Sajtos pogácsa 70g	270,90kcal	6,65g	9,94g	37,59g	1,26g	1,89g	4,97g
Sárgaborsógulyás Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Örölt fekete bors, Sárgaborsó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojásos kiskagylótészta, Vöröshagyma	325,64kcal	17,86g	16,48g	24,30g	1,50g	0,50g	0,33g
Sertés párizsi Összetétel: Sertés párizsi	79,20kcal	4,80g	6,40g	0,60g	0,20g	0,80g	2,40g
Sertésraguleves Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	290,41kcal	15,01g	17,22g	16,77g	3,63g	0,51g	0,37g
Sertésvagdalt Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, Örölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	303,39kcal	16,58g	20,90g	9,90g	0,81g	0,56g	0,36g
Sonkás májaskrém Összetétel: Sonkás májaskrém	127,20kcal	3,68g	12,24g	0,44g	0,00g	0,59g	4,64g
Spagetti Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', főzővíz', Tojásmentes spagetti tészta	308,63kcal	8,54g	7,42g	51,87g	2,80g	0,19g	0,91g
Tarhonyaleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	181,76kcal	4,70g	5,53g	26,61g	2,23g	0,71g	1,29g
Tárkonyos csirkeragu leves Összetétel: Citromlé 40%, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tárkony, Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	141,25kcal	12,66g	5,05g	10,56g	1,72g	0,64g	0,31g
Tárkonyos zöldségleves galuskával Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. galuska, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tárkony, Vöröshagyma	95,09kcal	5,04g	2,39g	18,99g	1,77g	0,53g	0,25g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A' Időszak: 2023.06.01.-től 2023.06.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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
Tejeskávé Összetétel: Kristálycukor, Pótkávé, Tej '1,5%'	158,80kcal	7,63g	3,54g	23,88g	20,61g	0,25g	2,09g
Teljes kiőrlésű egyenes kifli Összetétel: Egyenes, teljes kiőrlésű kifli 50g	124,50kcal	4,30g	0,60g	23,75g	0,35g	0,60g	0,30g
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
Tészta 'Orsó' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes orsó tészta	325,21kcal	8,54g	9,26g	51,87g	2,80g	0,17g	1,11g
Tojáskrém Összetétel: Aro margarin, Mustár, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás főzött darabolt	115,80kcal	3,92g	9,76g	0,59g	0,13g	0,45g	3,61g
Tökfőzelék Összetétel: 10%-os ételecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fagy. tök, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	206,43kcal	5,17g	6,02g	31,17g	11,67g	0,37g	0,48g
Uborkasaláta Összetétel: 10%-os ételecet, Kigyó uborka, Kristálycukor, Só 'jódozott'	33,32kcal	1,00g	0,10g	6,70g	5,00g	0,20g	0,00g
Vajkrém Összetétel: Natúr vajkrém	48,20kcal	0,86g	4,40g	1,30g	0,05g	0,08g	0,00g
Vanília öntet Összetétel: Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Tej '1,5%', Vaníliás cukor	187,14kcal	8,68g	4,20g	28,60g	17,42g	0,35g	2,52g
Vaníliás krémturó Összetétel: Félzsíros tehénturó, 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, Kigyó uborka, Köménymag, Kristálycukor, Lilahagyma, 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
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

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2023.06.01.-től 2023.06.30.-ig

[illegible]