

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.07.01.	Csokoládé ízű tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Magyaros burgonyaleves (1, 2, 4, 5)*; Natúr baromfi érme (1, 2, 3, 4, 11)*; Almamártás (1, 2)*; Pirított dara (1)*;	Diákcsemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=267,89kcal FH=11,28g ZS=4,93g SZH=44,14g CK=13,13g SÓ=0,72g TZS=2,85g	EN=840,64kcal FH=24,97g ZS=34,06g SZH=103,96g CK=28,87g SÓ=3,28g TZS=8,51g	EN=266,90kcal FH=9,38g ZS=12,50g SZH=29,22g CK=0,52g SÓ=1,74g TZS=4,76g
KEDD 2024.07.02.	Meggyes gyümölcs Tea; Magyaros vajkrém (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;	Babgulyás (1, 3, 5)*; Metélt tészta (1)*; Tejföl (2)*; Sajt szórat (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Fahéjas csiga (1, 2)*;
	EN=234,40kcal FH=6,60g ZS=5,30g SZH=39,52g CK=9,40g SÓ=0,92g TZS=3,16g	EN=811,50kcal FH=35,80g ZS=32,77g SZH=90,54g CK=4,21g SÓ=1,54g TZS=4,84g	EN=275,80kcal FH=3,78g ZS=10,78g SZH=40,53g CK=13,79g SÓ=0,49g TZS=5,46g
SZERDA 2024.07.03.	Limonádé; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Buzsáki leves (2, 5, 11)*; Gyrosos csirke csíkok (1)*; Forgatott burgonya; Fejeskáposzta-saláta;	Kefír (2)*; Napraforgómagos fonottka (1, 2, 3)*;
	EN=277,20kcal FH=10,08g ZS=9,40g SZH=37,22g CK=10,02g SÓ=1,74g TZS=3,36g	EN=752,77kcal FH=40,60g ZS=33,24g SZH=64,83g CK=8,01g SÓ=2,15g TZS=1,18g	EN=326,40kcal FH=10,32g ZS=12,15g SZH=42,30g CK=11,70g SÓ=0,57g TZS=6,09g
CSÜTÖRTÖK 2024.07.04.	Tejeskávé ízű tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Frankfurtiléves (1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*; Aranygaluska (1, 2, 3, 6)*; Vanília öntet (1, 2)*;	Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Kigyóuborka;
	EN=252,97kcal FH=10,98g ZS=4,72g SZH=40,98g CK=12,56g SÓ=0,71g TZS=2,74g	EN=911,71kcal FH=22,23g ZS=33,32g SZH=119,28g CK=44,59g SÓ=2,37g TZS=9,15g	EN=232,90kcal FH=8,97g ZS=7,75g SZH=31,91g CK=0,36g SÓ=1,72g TZS=4,84g
PÉNTEK 2024.07.05.	Erdei gyümölcs tea; Párizsikrém (1, 2, 4, 11)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Erdei gyümölcsleves (1, 2)*; Paprikásburgonya (1, 3, 5)*; Uborkasaláta;	Lekvár; Liga Margarin; Kukoricás kenyér (1)*;
	EN=278,24kcal FH=10,19g ZS=8,61g SZH=39,45g CK=9,42g SÓ=1,71g TZS=2,04g	EN=796,49kcal FH=29,96g ZS=31,69g SZH=94,99g CK=25,49g SÓ=1,08g TZS=1,07g	EN=234,90kcal FH=4,53g ZS=2,90g SZH=46,61g CK=15,18g SÓ=0,96g TZS=0,96g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Iskola 'A'

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

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

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.07.08.	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Tárkonyos csirkeragu leves (1, 3, 5)*; Stefánia vagdalt (1, 3)*; Zöldbabf zelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Napraforgómagos vajkrém (2, 6, 8, 12, 13)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Kigyóuborka;
	EN=299,90kcal FH=8,08g ZS=7,91g SZH=47,53g CK=21,20g SÓ=0,61g TZS=4,79g	EN=840,92kcal FH=44,76g ZS=35,73g SZH=78,11g CK=11,99g SÓ=2,30g TZS=2,17g	EN=192,09kcal FH=6,72g ZS=5,30g SZH=29,32g CK=0,41g SÓ=0,92g TZS=0,24g
KEDD 2024.07.09.	Erdei-bodzás gyümölcs tea; Sonkakrém (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Paradicsomleves bet tésztával (1, 3, 5)*; Rizseshús (5)*; Vegyes saláta;	Briós (1, 2, 3)*;
	EN=232,20kcal FH=8,75g ZS=4,60g SZH=38,58g CK=9,56g SÓ=1,60g TZS=0,52g	EN=824,13kcal FH=27,80g ZS=40,60g SZH=104,01g CK=30,80g SÓ=1,67g TZS=1,82g	EN=274,40kcal FH=5,53g ZS=5,25g SZH=50,12g CK=16,45g SÓ=0,49g TZS=2,59g
SZERDA 2024.07.10.	Tiramisu ízű tej (2)*; Napraforgómagos fonottka (1, 2, 3)*;	Zellerkrémleves (1, 2, 3, 5)*; Sült csirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Uborkasaláta;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=378,02kcal FH=13,27g ZS=10,65g SZH=56,11g CK=17,50g SÓ=0,67g TZS=4,89g	EN=702,03kcal FH=40,23g ZS=20,75g SZH=72,09g CK=7,06g SÓ=1,56g TZS=1,05g	EN=235,20kcal FH=10,08g ZS=9,40g SZH=27,72g CK=0,62g SÓ=1,74g TZS=3,36g
CSÜTÖRTÖK 2024.07.11.	Limonádé; Csemege szalámi; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Csontleves (1, 3, 5)*; Hentes tokány (1, 11)*; Bulgur (1, 5)*; Alma;	Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*;
	EN=328,60kcal FH=9,00g ZS=13,00g SZH=42,92g CK=10,24g SÓ=1,78g TZS=4,89g	EN=814,89kcal FH=27,34g ZS=37,78g SZH=80,57g CK=3,58g SÓ=2,01g TZS=3,10g	EN=317,55kcal FH=17,30g ZS=14,43g SZH=28,73g CK=0,22g SÓ=1,73g TZS=8,54g
PÉNTEK 2024.07.12.	Gyümölcs tea; Ken májas (1, 2, 4)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;	Filézett halászlé (5, 9)*; Túrós tészta (1)*; Túró (2)*; Tejföl (2)*; Porcukor (1, 13)*; Félbarna kenyér (1)*;	Kakaós csiga (1, 2)*;
	EN=293,00kcal FH=9,80g ZS=10,30g SZH=39,69g CK=9,92g SÓ=1,72g TZS=4,16g	EN=759,60kcal FH=36,38g ZS=24,31g SZH=99,28g CK=26,68g SÓ=3,80g TZS=3,63g	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=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 2024.07.15.	Tej (2)*; Magyaros vajkrém (2)*; Teljes kiörlés egyenes kifli (1)*;	Karfiolleves (1, 3, 5)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Csemege uborka (11)*;	Mogyorókrém (2, 6, 8)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=283,10kcal FH=12,60g ZS=8,95g SZH=36,50g CK=12,10g SÓ=1,01g TZS=5,72g	EN=837,75kcal FH=33,84g ZS=33,91g SZH=94,50g CK=7,57g SÓ=3,07g TZS=1,22g	EN=220,95kcal FH=5,59g ZS=4,35g SZH=39,86g CK=0,78g SÓ=0,84g TZS=0,06g
KEDD 2024.07.16.	Csipkebogyó tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4)*; Ketchup;	Brokkolikrémleves (1, 2, 5, 6)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Milánói szósz hússal (1)*; Makaróni (1)*; Sajt szórat (2)*; Alma;	Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlés zsemle (1)*;
	EN=303,01kcal FH=9,03g ZS=9,73g SZH=39,33g CK=10,21g SÓ=1,59g TZS=3,20g	EN=885,62kcal FH=35,25g ZS=37,93g SZH=96,88g CK=9,93g SÓ=2,08g TZS=5,14g	EN=219,00kcal FH=7,55g ZS=7,70g SZH=28,25g CK=0,35g SÓ=1,48g TZS=4,95g
SZERDA 2024.07.17.	Erdei gyümölcs tea; Liga Margarin; Molnárika (1, 2, 3)*;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Rakott burgonya (1, 2, 3, 4, 5)*; Vegyes saláta;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=236,40kcal FH=4,10g ZS=6,30g SZH=39,55g CK=14,05g SÓ=0,48g TZS=2,75g	EN=864,44kcal FH=26,95g ZS=34,19g SZH=103,11g CK=13,40g SÓ=2,12g TZS=7,78g	EN=260,80kcal FH=8,88g ZS=13,00g SZH=27,12g CK=0,42g SÓ=1,78g TZS=5,16g
CSÜTÖRTÖK 2024.07.18.	Limonádé; Sonkakerém (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Sárgaborsókrém-leves (1, 3, 5)*; Rántott sajt 'mirelit' (1, 2, 3)*; Rizibizi (5)*; Majonéz (3, 11)*;	Teavaj (2)*; Napraforgómagos fonottka (1, 2, 3)*; Paradicsom;
	EN=234,30kcal FH=8,66g ZS=4,60g SZH=38,61g CK=9,92g SÓ=1,60g TZS=0,52g	EN=758,38kcal FH=26,35g ZS=29,30g SZH=116,52g CK=5,42g SÓ=2,07g TZS=2,14g	EN=334,66kcal FH=6,07g ZS=16,84g SZH=38,64g CK=6,00g SÓ=0,43g TZS=9,48g
PÉNTEK 2024.07.19.	Tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Palóclevés (1, 2, 3, 5)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*; Alma;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=290,12kcal FH=11,83g ZS=7,34g SZH=43,21g CK=17,91g SÓ=0,72g TZS=4,32g	EN=838,28kcal FH=25,29g ZS=36,56g SZH=97,69g CK=20,28g SÓ=0,67g TZS=2,76g	EN=238,80kcal FH=10,88g ZS=9,80g SZH=27,84g CK=0,62g 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=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 2024.07.22.	Eper-meggy gyümölcs tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;	Dörgicsei csirkeraguleves (1, 2, 3, 5)*; Sült debreceni kolbász (1, 4, 11)*; Burgonyaf zelék (1, 2)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;
	EN=286,60kcal FH=10,66g ZS=9,50g SZH=39,19g CK=9,66g SÓ=1,74g TZS=3,36g	EN=770,03kcal FH=33,11g ZS=38,17g SZH=68,71g CK=2,39g SÓ=2,24g TZS=8,16g	EN=251,85kcal FH=7,65g ZS=5,16g SZH=42,27g CK=17,88g SÓ=0,70g TZS=3,35g
KEDD 2024.07.23.	Csokoládé ízű tej (2)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*;	Húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Halrudacsok panírozott (1, 3, 4, 5, 10, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Majonéz (3, 11)*;	Ken májas (1, 2, 4)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Kigyóborka;
	EN=303,09kcal FH=12,05g ZS=6,70g SZH=48,11g CK=11,72g SÓ=0,98g TZS=3,29g	EN=830,95kcal FH=30,94g ZS=39,65g SZH=80,40g CK=2,50g SÓ=2,35g TZS=2,64g	EN=247,60kcal FH=9,72g ZS=10,25g SZH=29,07g CK=0,88g SÓ=1,72g TZS=4,16g
SZERDA 2024.07.24.	Tej (2)*; Teavaj (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Gyümölcsleves (1, 2)*; Rozmaringos sült csirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Kukoricás rizs (5)*; Vegyes saláta;	Kakaós csiga (1, 2)*;
	EN=331,16kcal FH=12,77g ZS=14,19g SZH=38,85g CK=12,11g SÓ=1,17g TZS=9,58g	EN=782,86kcal FH=38,63g ZS=21,71g SZH=116,60g CK=37,50g SÓ=1,38g TZS=1,60g	EN=292,60kcal FH=3,78g ZS=14,63g SZH=35,49g CK=12,53g SÓ=0,49g TZS=7,35g
CSÜTÖRTÖK 2024.07.25.	Limonádé; Kockasajt (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Zöldborsólevés (1, 3, 5)*; Mediterrán csirkeapró (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Bulgur (1, 5)*; szibarack;	Párizsikrém (1, 2, 4, 11)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=269,40kcal FH=8,42g ZS=7,60g SZH=40,82g CK=9,76g SÓ=2,08g TZS=4,74g	EN=786,14kcal FH=35,95g ZS=20,81g SZH=102,99g CK=12,51g SÓ=1,59g TZS=1,99g	EN=254,14kcal FH=9,63g ZS=8,46g SZH=34,78g CK=0,81g SÓ=1,71g TZS=1,86g
PÉNTEK 2024.07.26.	Citromos tea; Házi körözött (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Francia hagymakrémleves (1, 2, 5, 6)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Húsos rakott tészta (1, 2)*; szibarack;	Teljes kiörlés meggyes párna (1, 2)*;
	EN=258,53kcal FH=11,33g ZS=3,82g SZH=44,18g CK=9,86g SÓ=0,98g TZS=0,06g	EN=842,16kcal FH=31,35g ZS=32,62g SZH=103,12g CK=7,68g SÓ=1,68g TZS=4,29g	EN=253,40kcal FH=3,64g ZS=13,16g SZH=29,19g CK=6,37g SÓ=0,98g TZS=6,65g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Iskola 'A'

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

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

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.07.29.	Tej (2)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*;	Alföldileves (1, 3, 5)*; Fasírt (1, 3, 5)*; Zöldborsóf zelék (1, 2)*; Alma;	Zöldf szeres halpástétom (9)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=272,05kcal FH=11,80g ZS=6,68g SZH=40,48g CK=11,97g SÓ=1,06g TZS=3,54g	EN=827,67kcal FH=34,15g ZS=31,29g SZH=96,12g CK=27,31g SÓ=6,04g TZS=2,72g	EN=268,00kcal FH=8,70g ZS=12,76g SZH=29,42g CK=0,44g SÓ=1,36g TZS=1,88g
KEDD 2024.07.30.	Limonádé; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlés zsemle (1)*;	Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Chilisbab (1, 5)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Briós (1, 2, 3)*;
	EN=261,00kcal FH=7,55g ZS=7,70g SZH=37,75g CK=9,75g SÓ=1,48g TZS=4,95g	EN=818,46kcal FH=46,76g ZS=24,53g SZH=98,29g CK=3,97g SÓ=1,50g TZS=0,92g	EN=274,40kcal FH=5,53g ZS=5,25g SZH=50,12g CK=16,45g SÓ=0,49g TZS=2,59g
SZERDA 2024.07.31.	Erdei gyümölcs tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Kifli (1, 2)*;	Négyhagymás krémleves (1, 2, 5, 6)*; Pirított tökmag (6, 8, 12, 13)*; Mexikói sertésragu (1, 5)*; Párolt rizs (5)*; Alma;	Mogyorókrém (2, 6, 8)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=271,15kcal FH=9,27g ZS=10,36g SZH=35,01g CK=10,93g SÓ=1,45g TZS=3,72g	EN=860,30kcal FH=30,97g ZS=44,28g SZH=100,56g CK=6,04g SÓ=1,29g TZS=1,56g	EN=195,15kcal FH=5,47g ZS=4,35g SZH=33,56g CK=0,36g SÓ=0,84g TZS=0,24g
CSÜTÖRTÖK 2024.08.01.			
PÉNTEK 2024.08.02.			

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Iskola '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=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 'A'

Időszak: 2024.07.01.-től 2024.07.31.-ig

Étel név, összetevő	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alföldi leves 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	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
Almamártás Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzötejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	222,30kcal	2,83g	1,67g	47,20g	28,24g	0,25g	0,28g
Aranygaluska Összetétel: Aranygaluska	424,80kcal	8,64g	11,88g	69,12g	26,28g	0,60g	4,92g
Babgulyás Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étélizetítő 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
Briós Összetétel: Briós 50g, Briós 70g	274,40kcal	5,53g	5,25g	50,12g	16,45g	0,49g	2,59g
Brokkoliréteves Összetétel: Burgonya, Étélizetítő 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
Bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	341,67kcal	7,57g	9,97g	47,65g	1,92g	0,60g	1,23g
Burgonyaf zelék Összetétel: 10%-os ételecet, Babérlevél, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Majoranna, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	311,80kcal	7,51g	6,29g	51,83g	0,13g	0,36g	0,40g
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	274,08kcal	13,28g	19,09g	9,86g	1,87g	0,61g	0,26g
Chilisbab Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Marha lábszár, Oregánó, Só 'jódozott', Szárazbab, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	458,67kcal	27,27g	16,66g	47,22g	1,71g	0,37g	0,29g
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
Csipkebogyó tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Csokoládé ízű tej Összetétel: Gf instant csokoládé ízű tejjeszítő, Tej '1,5%'	141,04kcal	7,75g	3,77g	19,38g	11,50g	0,25g	2,25g
Csontleves Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	113,12kcal	3,36g	2,94g	17,76g	1,28g	0,54g	0,38g
Daragaluska Összetétel: Búzadara, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	204,00kcal	5,83g	5,08g	32,14g	1,10g	0,57g	0,69g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Id szak: 2024.07.01.-től 2024.07.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Diákcsemege szalámi Összetétel: Diákcsemege szalámi	99,40kcal	3,60g	9,40g	0,10g	0,10g	0,80g	3,80g
Dörögjesei 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-meggy gyümölcs tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Erdői gyümölcs tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Erdői gyümölcsleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fagy. erdei keverék, Fagy. meggy, Fagy. ribizli, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	153,68kcal	2,22g	1,26g	32,73g	19,73g	0,10g	0,45g
Erdői-bodzás gyümölcs tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Fahéjas csiga Összetétel: Fahéjas csiga 50g, Fahéjas csiga 70g	275,80kcal	3,78g	10,78g	40,53g	13,79g	0,49g	5,46g
Fasírt Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	313,42kcal	13,81g	23,08g	10,93g	0,84g	0,57g	0,95g
Fatörzskifli Összetétel: Fatörzskifli 57g	180,12kcal	4,33g	3,59g	31,46g	6,16g	0,40g	1,82g
Fejeskáposzta-saláta Összetétel: 10%-os ételecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	57,28kcal	1,63g	0,22g	11,92g	6,00g	0,22g	0,01g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	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
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	64,08kcal	2,14g	0,24g	13,34g	0,31g	0,34g	0,02g
Filézett halászlé Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Halászlé sűrítvény, Natúr 30%-os lecsó, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	126,36kcal	9,81g	7,71g	6,13g	3,49g	3,16g	2,79g
Forgatott burgonya Összetétel: Burgonya, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	256,54kcal	5,50g	6,18g	40,48g	0,00g	0,67g	0,60g
Francia hagymakrémléves Összetétel: Citromlé 40%, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. metélőhagyma, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Vöröshagyma	130,22kcal	3,44g	2,85g	22,61g	3,56g	0,45g	0,16g
Frankfurtileves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveleszöldség, 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
Gyrosos csirke csikok Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Gyros fűszerkeverék, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	164,90kcal	20,19g	7,75g	2,57g	0,14g	0,65g	0,31g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2024.07.01.-től 2024.07.31.-ig

Étel név, összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Gyümölcs tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Gyümölcsleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagyó alma, Fagyó meggy, Fagyó ribizli, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	180,82kcal	2,55g	2,20g	36,73g	24,39g	0,11g	0,44g
Gyümölcsös krémsajoghurt Összetétel: Gyümölcsös krémsajoghurt 125g	125,00kcal	4,12g	4,00g	17,50g	16,25g	0,23g	2,75g
Halrudacska pánirozott Összetétel: Étőlaj 'napraforgó' sütéshez, Fagyó Halrudacska pánirozott	205,67kcal	11,16g	9,10g	19,26g	0,00g	1,15g	0,78g
Házi kőrözött Összetétel: Csemege paprika, Félzsiros tehéntúró, Kömény, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	61,79kcal	5,99g	3,22g	1,77g	0,04g	0,14g	0,00g
Hentes tokány Összetétel: Csemege uborka, Étőlaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	322,90kcal	15,93g	24,86g	6,77g	0,38g	0,88g	1,48g
Hot-Dog Összetétel: Hosszú zsemle 53g, Virsli Pulyka Gallicoop	242,21kcal	8,88g	9,73g	28,73g	0,32g	1,44g	3,20g
Húsgombócleves Összetétel: Babérlevél, Citromlé 40%, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagyó gyökér, Fagyó karalábé, Fagyó levestörség, Fagyó sárgarépa, Fagyó zeller, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezelem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás, Vöröshagyma	283,46kcal	13,73g	17,33g	16,16g	0,99g	0,50g	0,37g
Húsos rakott tészta Összetétel: Csemege paprika, Étőlaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Főtt füstölt tarja, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Só 'jódozott', főzővíz, Tej '1,5%', Tejföl '12%', Tojásmentes penne, Trappista sajt, Vöröshagyma	588,04kcal	25,87g	25,57g	61,76g	3,22g	1,09g	4,13g
Húsos tarhonya Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kömény, 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
Kakaós csiga Összetétel: Kakaós csiga 50g, Kakaós csiga 70g	292,60kcal	3,78g	14,63g	35,49g	12,53g	0,49g	7,35g
Karfiol leves Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagyó gyökér, Fagyó karfiol, Fagyó sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezelem zöld, Só 'jódozott', Tojásos rizsszem tészta, Vöröshagyma	158,81kcal	5,23g	3,15g	26,57g	2,40g	0,52g	0,40g
Kefir Összetétel: Kefir	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g
Kenőmáj Összetétel: Kenőmáj	107,20kcal	4,00g	9,60g	1,16g	0,52g	0,88g	3,92g
Ketchup Összetétel: Ketchup	20,90kcal	0,07g	0,00g	1,13g	0,86g	0,16g	0,00g
Kifli Összetétel: Kifli 43g	126,88kcal	3,53g	1,16g	24,77g	1,63g	0,47g	0,60g
Kigyó uborka Összetétel: Kigyó uborka	6,00kcal	0,50g	0,05g	0,85g	0,00g	0,00g	0,00g
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	93,00kcal	3,20g	7,00g	4,26g	0,00g	1,24g	4,50g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2024.07.01.-től 2024.07.31.-ig

Étel név, összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kukoricás kenyér Összetétel: Kukoricás kenyér	151,80kcal	4,38g	0,48g	31,50g	0,12g	0,84g	0,24g
Kukoricás rizs Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott'	282,66kcal	7,05g	9,56g	61,80g	1,10g	0,60g	1,05g
Lapkasajt Összetétel: Lapkasajt	155,50kcal	13,00g	11,50g	0,00g	0,00g	1,00g	7,50g
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
Limonádé Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor	42,00kcal	0,00g	0,00g	9,50g	9,40g	0,00g	0,00g
Magyaros burgonyaleves Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Füstölt kolbász, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	280,35kcal	8,77g	16,75g	21,96g	0,64g	1,09g	4,43g
Magyaros vajkrém Összetétel: Magyaros vajkrém	48,60kcal	0,80g	4,60g	1,00g	0,00g	0,08g	2,92g
Májguskaleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Félégyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Majoranna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés máj, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	258,51kcal	16,87g	7,64g	29,32g	1,95g	0,80g	0,60g
Majonéz Összetétel: Majonéz	56,80kcal	0,16g	5,16g	2,40g	1,34g	0,32g	0,68g
Makaróni Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes makaróni	300,34kcal	8,54g	6,50g	51,87g	2,80g	0,17g	0,81g
Mákos cukor Összetétel: Mák, Porcukor	222,00kcal	3,60g	12,00g	23,40g	15,93g	0,01g	1,50g
Mákos metélt Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	308,63kcal	8,54g	7,42g	51,87g	2,80g	0,19g	0,91g
Mediterrán csirkeapró Összetétel: Ananász konzerv, Bazsalikom, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Gyömbér, Kristálycukor, Oregánó, Sertés fűszerkeverék, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	255,04kcal	21,65g	8,02g	22,54g	6,64g	0,49g	0,35g
Meggyes gyümölcs Tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Metélt tészta Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	300,34kcal	8,54g	6,50g	51,87g	2,80g	0,17g	0,81g
Mexikói sertésragu Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagy. mexikói zöldségköret, Finomliszt BL55, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	329,52kcal	16,11g	21,04g	16,73g	2,26g	0,40g	0,30g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Id szak: 2024.07.01.-től 2024.07.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Miláni szósz hússal Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	283,31kcal	15,03g	19,35g	10,75g	4,15g	0,84g	1,07g
Mogyorókrém Összetétel: Mogyorókrém	60,75kcal	0,25g	3,75g	6,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Molnárika Összetétel: Molnárika 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
Napraforgómagos vajkrém Összetétel: Napraforgómag hántolt, Natúr vajkrém	51,69kcal	1,00g	4,66g	1,41g	0,05g	0,08g	0,00g
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
Négyhagymás krémleves Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. metélőhagyma, Fagy. póréhagyma, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Vöröshagyma	115,17kcal	3,05g	2,80g	19,13g	3,56g	0,45g	0,16g
Szibarack Összetétel: Őszibarack	49,20kcal	0,84g	0,00g	10,80g	0,00g	0,00g	0,00g
Palócleves Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő 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
Paprikásburgonya Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. galuska, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	609,48kcal	26,74g	30,33g	55,56g	0,76g	0,79g	0,62g
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	11,50kcal	0,50g	0,10g	2,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Paradicsomleves betű tésztával Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tojásos betű tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	187,88kcal	4,15g	5,22g	30,81g	18,69g	0,52g	0,61g
Párizsikrém Összetétel: Mustár, Natúr vajkrém, Sertés párizsi, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	93,94kcal	4,29g	7,86g	1,42g	0,03g	0,87g	1,80g
Párolt rizs Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	253,81kcal	4,56g	10,34g	55,59g	0,22g	0,45g	1,10g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz'	285,01kcal	5,89g	8,06g	42,58g	0,17g	0,37g	0,80g
Pírtott dara Összetétel: Búzadara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	172,36kcal	3,76g	4,08g	29,36g	0,00g	0,50g	0,40g
Pírtott tökmag Összetétel: Tökmag hántolt	124,60kcal	6,78g	10,10g	0,72g	0,00g	0,00g	0,00g
Porcukor Összetétel: Porcukor	80,00kcal	0,00g	0,00g	20,00g	20,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2024.07.01.-től 2024.07.31.-ig

Étel név, összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Rakott burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Füstölt kolbász, Lecsókolbász, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%', Tejföl '12%', Tojás főzött, tisztított	585,80kcal	19,69g	28,91g	54,57g	0,70g	1,34g	7,09g
Rántott sajt 'mirelit' Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. panírozott sajt	217,70kcal	9,75g	11,60g	19,50g	0,75g	0,83g	0,12g
Rizibizi Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	277,79kcal	6,87g	9,58g	60,47g	2,26g	0,45g	1,03g
Rizseshús Összetétel: Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	561,60kcal	22,21g	35,18g	56,80g	0,50g	0,95g	1,21g
Rozmaringos sült csirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Őrölt fekete bors, Rozmaring, Só 'jódozott', Szárnyas fűszerkeverék	244,72kcal	27,60g	9,75g	1,66g	0,41g	0,48g	0,10g
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	92,50kcal	3,25g	7,10g	4,00g	0,00g	0,88g	4,60g
Sárgaborsókrémleves Összetétel: Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sárgaborsó, Só 'jódozott', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	206,09kcal	9,57g	2,95g	34,15g	1,08g	0,47g	0,31g
Sertés párizsi Összetétel: Sertés párizsi	79,20kcal	4,80g	6,40g	0,60g	0,20g	0,80g	2,40g
Sonkakrém Összetétel: Mecom Toast sonkás szelet, Natúr vajkrém	57,90kcal	3,45g	4,00g	2,05g	0,16g	0,76g	0,28g
Stefánia vagdalt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Félégyházi morzsa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojás főzött darabolt, Tojáspor, Vöröshagyma	351,27kcal	18,38g	23,92g	12,07g	0,64g	0,86g	1,26g
Sült csirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Só 'jódozott', Szárnyas fűszerkeverék	256,24kcal	28,88g	10,49g	1,04g	0,03g	0,48g	0,12g
Sült debreceni kolbász Összetétel: Debreceni kolbász, Étolaj 'napraforgó'	252,22kcal	9,17g	23,68g	0,59g	0,20g	1,37g	7,37g
Tárkonyos csirkeragu leves Összetétel: Citromlé 40%, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tárkony, Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	175,49kcal	15,37g	5,97g	14,24g	1,85g	0,64g	0,38g
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
Tejeskávéiz tej Összetétel: Tej '1,5%', Vita-d tejeskávé (Gast-Food)	126,13kcal	7,45g	3,56g	16,21g	10,93g	0,24g	2,14g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2024.07.01.-től 2024.07.31.-ig

Étel név, összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tejföl Összetétel: Tejföl '12%'	56,80kcal	1,36g	4,80g	1,60g	0,00g	0,01g	0,00g
Teljes 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 meggyes párna Összetétel: Teljes kiőrlésű meggyes párna 50g, Teljes kiőrlésű meggyes párna 70g	253,40kcal	3,64g	13,16g	29,19g	6,37g	0,98g	6,65g
Teljes kiőrlésű zsemle Összetétel: Teljes kiőrlésű zsemle 50g	126,50kcal	4,30g	0,60g	24,25g	0,35g	0,60g	0,35g
Tiramisu ízű tej Összetétel: Gf instant tiramisu ízű tejjeszítő, Tej '1,5%'	141,62kcal	7,75g	3,75g	19,51g	11,50g	0,25g	2,25g
Túró Összetétel: Félzsíros tehéntúró	116,00kcal	14,00g	5,00g	3,00g	0,00g	0,00g	0,00g
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
Uborkasaláta Összetétel: 10%-os ételecet, Kigyó uborka, Kristálycukor, Só 'jódozott'	33,32kcal	1,00g	0,10g	6,70g	5,00g	0,20g	0,00g
Vaníliaöntet 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
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
Zellerkrémleves Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	127,46kcal	4,47g	2,10g	21,77g	1,86g	0,51g	0,12g
Zöldbabfélék Összetétel: 10%-os ételecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	234,07kcal	8,34g	5,55g	35,13g	9,11g	0,38g	0,50g
Zöldborsófélék 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 halpástétom	133,60kcal	3,48g	12,16g	2,36g	0,08g	0,52g	1,64g
Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika	10,00kcal	0,60g	0,15g	1,50g	0,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Id szak: 2024.07.01.-től 2024.07.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Zsemle	140,45kcal	4,24g	0,53g	28,67g	0,16g	0,64g	0,32g
Összetétel: Vizes zsemle 53g							