

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2022.08.29.			
KEDD 2022.08.30.			
SZERDA 2022.08.31.			
CSÜTÖRTÖK 2022.09.01.	Főzött kakaó (2, 4)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Almaleves (1, 2)*; Csirke pörkölt (1, 2, 5)*; Galuska (1, 3)*; Fejeskáposzta-saláta; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=379,43kcal FH=12,43g ZS=11,22g SZH=55,29g CK=29,66g SÓ=0,65g TZS=6,46g	EN=841,11kcal FH=52,27g ZS=19,60g SZH=155,66g CK=31,73g SÓ=2,11g TZS=1,67g	EN=248,80kcal FH=11,48g ZS=9,95g SZH=29,34g CK=0,62g SÓ=1,82g TZS=3,36g
PÉNTEK 2022.09.02.	Csipkebogyó tea; Virsli (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Ketchup; Hosszú zsemle (1)*;	Reszelt tésztaleves (1, 3, 5)*; Húsgombóc (3, 5)*; Paradicsommártás (1, 5)*; Főtt burgonya; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Mogyorókrém (2, 6, 8)*; Kukoricás kenyér (1)*; Őszibarack;
	EN=356,97kcal FH=5,16g ZS=13,68g SZH=39,30g CK=10,36g SÓ=1,97g TZS=1,81g	EN=750,68kcal FH=26,65g ZS=25,17g SZH=105,38g CK=19,14g SÓ=2,91g TZS=1,21g	EN=261,75kcal FH=5,47g ZS=4,23g SZH=48,80g CK=0,12g SÓ=0,84g TZS=0,24g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Iskola 'B'

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

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

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

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2022.09.05.	Tej (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Tarhonyaleves (1, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Sárgaborsófőzelék (1, 5)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Diákcsemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Alma;
	EN=284,90kcal FH=11,46g ZS=7,66g SZH=41,78g CK=16,70g SÓ=0,71g TZS=4,54g	EN=816,02kcal FH=38,93g ZS=35,34g SZH=79,98g CK=3,41g SÓ=3,06g TZS=2,05g	EN=292,60kcal FH=9,36g ZS=12,40g SZH=35,62g CK=0,52g SÓ=1,74g TZS=4,76g
KEDD 2022.09.06.	Meggyes gyümölcs Tea; Sajtkrém (2, 5)*; Paradicsom; Félbarna kenyér (1)*;	Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Hentes szelet (1, 5, 11)*; Párolt rizs (5)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Sajtos pogácsa (1, 2)*;
	EN=304,10kcal FH=9,17g ZS=7,80g SZH=48,83g CK=9,82g SÓ=1,72g TZS=4,66g	EN=737,42kcal FH=44,48g ZS=27,16g SZH=96,30g CK=2,70g SÓ=3,70g TZS=2,57g	EN=270,90kcal FH=6,65g ZS=9,94g SZH=37,59g CK=1,26g SÓ=1,89g TZS=4,97g
SZERDA 2022.09.07.	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Főtt tojás (3)*; Delma Margarin (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Magyaros burgonyaleves (1, 2, 4, 5)*; Zöldborsós csirkemáj ragu (5)*; Bulgur (1, 5)*; Vegyes saláta;	Kefír (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;
	EN=275,25kcal FH=10,75g ZS=7,46g SZH=37,93g CK=9,58g SÓ=1,10g TZS=2,31g	EN=820,72kcal FH=36,74g ZS=30,58g SZH=89,49g CK=15,03g SÓ=3,89g TZS=5,70g	EN=270,12kcal FH=9,13g ZS=8,84g SZH=37,16g CK=11,86g SÓ=0,55g TZS=5,27g
CSÜTÖRTÖK 2022.09.08.	Tejeskávé (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	Nyírségi gombóclevés (1, 2, 5)*; Magyaros sült csirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Őszibarack;	Kockasajt (2)*; Liga Margarin; Kukoricás kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=313,25kcal FH=10,93g ZS=7,69g SZH=48,65g CK=22,24g SÓ=0,72g TZS=4,53g	EN=715,98kcal FH=37,40g ZS=17,54g SZH=85,63g CK=5,30g SÓ=3,53g TZS=2,78g	EN=277,90kcal FH=8,14g ZS=9,98g SZH=37,82g CK=0,18g SÓ=2,18g TZS=5,46g
PÉNTEK 2022.09.09.	Karamellás tej (2)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*; Zöldpaprika;	Filézett halászlé (5, 9)*; Diós metélt (1)*; Diós porcukor (1, 6, 13)*; Alma; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Kakaós csiga (1, 2)*;
	EN=337,65kcal FH=11,20g ZS=8,96g SZH=51,89g CK=21,88g SÓ=0,94g TZS=4,61g	EN=753,25kcal FH=26,44g ZS=29,52g SZH=95,16g CK=21,14g SÓ=3,99g TZS=3,47g	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 'B'

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

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

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

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2022.09.12.	Erdei gyümölcs tea; Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*;	Túrós galuskaleves (1, 2, 3)*; Csikós tokány (1, 2, 5)*; Törtburgonya (5)*;	Diákcsemege szalámi; Liga Margarin; Paradicsom; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;
	EN=357,45kcal FH=17,38g ZS=14,43g SZH=38,20g CK=9,26g SÓ=1,73g TZS=8,54g	EN=808,17kcal FH=28,19g ZS=45,07g SZH=64,39g CK=1,98g SÓ=2,99g TZS=3,19g	EN=266,90kcal FH=9,38g ZS=12,50g SZH=29,22g CK=0,52g SÓ=1,74g TZS=4,76g
KEDD 2022.09.13.	Tej (2)*; Napraforgómagos fonottka (1, 2, 3)*;	Paradicsomleves betűtésztaival (1, 3, 5)*; Rakott karfiol (1, 2, 3, 5)*;	Kenőmájas (1, 2, 4)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=346,40kcal FH=13,02g ZS=10,65g SZH=48,35g CK=17,75g SÓ=0,74g TZS=5,14g	EN=700,61kcal FH=30,37g ZS=31,15g SZH=77,16g CK=25,17g SÓ=2,03g TZS=2,36g	EN=251,60kcal FH=9,82g ZS=10,35g SZH=29,72g CK=0,88g SÓ=1,72g TZS=4,16g
SZERDA 2022.09.14.	Zöldtea-citrusos; Tejfölös-túró (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Debreceni aprópecsenye (1, 2, 4)*; Kelkáposzta főzelék (1, 5)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Briós (1, 2, 3)*; Szilva;
	EN=227,80kcal FH=11,07g ZS=3,20g SZH=37,92g CK=9,40g SÓ=1,02g TZS=0,24g	EN=730,88kcal FH=28,77g ZS=32,26g SZH=76,57g CK=2,17g SÓ=2,87g TZS=2,52g	EN=332,40kcal FH=6,23g ZS=5,25g SZH=63,22g CK=16,45g SÓ=0,49g TZS=2,59g
CSÜTÖRTÖK 2022.09.15.	Főzött kakaó (2, 4)*; Delma Margarin (2)*; Teljes kiörlésű zsemle (1)*; Kigyóborka;	Csorbaleves (1, 2, 5, 6)*; Amerikai palacsinta (1, 2, 3)*; Vanília öntet (1, 2)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;
	EN=353,41kcal FH=12,90g ZS=10,68g SZH=49,17g CK=23,85g SÓ=0,95g TZS=5,71g	EN=753,17kcal FH=28,08g ZS=30,17g SZH=87,96g CK=38,39g SÓ=2,70g TZS=5,96g	EN=299,90kcal FH=8,08g ZS=7,90g SZH=47,53g CK=21,20g SÓ=0,61g TZS=4,79g
PÉNTEK 2022.09.16.	Tej (2)*; Delma Margarin (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Kigyóborka;	Fahéjas szilvaleves (1, 2)*; Gyrosos sertésszelet (1)*; Kukoricás rizs (5)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Delma Margarin (2)*; Kukoricás kenyér (1)*;
	EN=272,00kcal FH=13,22g ZS=6,80g SZH=39,90g CK=12,11g SÓ=1,26g TZS=3,46g	EN=731,00kcal FH=33,52g ZS=17,36g SZH=127,09g CK=26,67g SÓ=2,81g TZS=1,55g	EN=252,60kcal FH=9,18g ZS=9,28g SZH=32,34g CK=0,32g SÓ=1,74g 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 'B'

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

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

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

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2022.09.19.	Tej (2)*; Magyaros vajkrém (2)*; Teljes kiörlésű egyenes kifli (1)*;	Burgonyaleves (1, 2, 5)*; Stefánia vagdalt (1, 3)*; Paradicsomos káposzta-főzelék (1, 5)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Kockasajt (2)*; Delma Margarin (2)*; Magvas kenyér (1, 12)*; Paradicsom;
	EN=283,10kcal FH=12,60g ZS=8,95g SZH=36,50g CK=12,10g SÓ=1,01g TZS=5,72g	EN=709,46kcal FH=28,93g ZS=28,37g SZH=79,41g CK=18,27g SÓ=3,31g TZS=1,94g	EN=278,50kcal FH=8,62g ZS=11,66g SZH=34,82g CK=0,18g SÓ=2,12g TZS=5,70g
KEDD 2022.09.20.	Csipkebogyó tea; Főtt tojás (3)*; Liga Margarin; Hosszú zsemle (1)*; Kigyóuborka;	Lebbencsleves (1, 5)*; Mexikói sertésragu (1, 5)*; Petrezselymes rizs (5)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Lekvár; Teavaj (2)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=277,06kcal FH=9,67g ZS=7,39g SZH=38,46g CK=9,44g SÓ=0,89g TZS=2,39g	EN=743,30kcal FH=25,76g ZS=34,52g SZH=98,63g CK=4,84g SÓ=3,17g TZS=2,18g	EN=308,46kcal FH=5,48g ZS=10,46g SZH=48,45g CK=15,78g SÓ=0,87g TZS=6,90g
SZERDA 2022.09.21.	Karamellás tej (2)*; Fonottka (1, 2)*;	Zellerkrémleves (1, 2, 3, 5)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Uborkasaláta;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Paradicsom; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;
	EN=313,10kcal FH=10,35g ZS=7,23g SZH=50,56g CK=23,56g SÓ=0,71g TZS=4,27g	EN=705,72kcal FH=36,25g ZS=18,71g SZH=83,82g CK=7,31g SÓ=3,40g TZS=1,13g	EN=272,30kcal FH=9,38g ZS=13,10g SZH=29,12g CK=0,42g SÓ=1,78g TZS=5,16g
CSÜTÖRTÖK 2022.09.22.	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Virsli (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Ketchup; Hosszú zsemle (1)*;	Alföldileves (1, 3, 5)*; Chilisbab (1, 5)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Alma;	Teljes kiörlésű meggyes párna (1, 2)*; Szilva;
	EN=356,97kcal FH=5,16g ZS=13,68g SZH=39,30g CK=10,36g SÓ=1,97g TZS=1,81g	EN=833,18kcal FH=40,49g ZS=26,43g SZH=102,62g CK=4,90g SÓ=2,23g TZS=1,06g	EN=311,40kcal FH=4,34g ZS=13,16g SZH=42,29g CK=6,37g SÓ=0,98g TZS=6,65g
PÉNTEK 2022.09.23.	Tej (2)*; Dzsungel reggeliző hely (1)*; Kifli (1, 2)*;	Gesztenyekrém leves almakockával (1, 2, 5)*; Halpaprikás (1, 2, 5, 9)*; Galuska (1, 3)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Kukoricás kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=349,65kcal FH=13,34g ZS=5,57g SZH=60,22g CK=22,08g SÓ=1,05g TZS=3,19g	EN=731,07kcal FH=41,95g ZS=15,92g SZH=148,45g CK=18,34g SÓ=2,89g TZS=1,90g	EN=266,20kcal FH=10,64g ZS=9,83g SZH=33,78g 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 'B'

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

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

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

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2022.09.26.	Zöldtea-citrusos; Kockasajt (2)*; Rozsos párna (1, 12)*;	Gulyásleves (1, 3, 5)*; Tejberizs (2)*; Kakaós cukor (1, 4, 13)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Diákcsemege szalámi; Delma Margarin (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=302,58kcal FH=8,21g ZS=9,74g SZH=44,19g CK=9,48g SÓ=1,86g TZS=5,00g	EN=744,79kcal FH=27,20g ZS=24,36g SZH=117,78g CK=43,79g SÓ=1,90g TZS=5,44g	EN=266,90kcal FH=9,32g ZS=12,50g SZH=29,40g CK=0,46g SÓ=1,74g TZS=4,76g
KEDD 2022.09.27.	Főzött kakaó (2, 4)*; Delma Margarin (2)*; Kifli (1, 2)*;	Sertésraguleves (1, 3, 5)*; Sült debreceni kolbász (1, 4, 11)*; Tökfőzelék (1, 2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Kigyóuborka;
	EN=347,76kcal FH=11,63g ZS=11,19g SZH=48,84g CK=25,13g SÓ=0,82g TZS=5,96g	EN=778,67kcal FH=30,52g ZS=47,00g SZH=54,64g CK=15,34g SÓ=3,37g TZS=8,27g	EN=232,90kcal FH=8,97g ZS=7,75g SZH=31,91g CK=0,36g SÓ=1,72g TZS=4,84g
SZERDA 2022.09.28.	Tej (2)*; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Paradicsom;	Frankfurtileves (1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*; Darás metélt (1)*; Baracklekvár; Porcukor (1, 13)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;
	EN=277,50kcal FH=13,28g ZS=6,85g SZH=40,87g CK=12,17g SÓ=1,26g TZS=3,46g	EN=915,35kcal FH=17,94g ZS=26,74g SZH=140,35g CK=41,82g SÓ=2,47g TZS=2,89g	EN=299,90kcal FH=8,08g ZS=7,91g SZH=47,53g CK=21,20g SÓ=0,61g TZS=4,79g
CSÜTÖRTÖK 2022.09.29.	Meggyes gyümölcs Tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Delma Margarin (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Pásztorleves (1, 5)*; Natúr sertés szelet (1, 5)*; Zöldborsófőzelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Paradicsomos halpástétom (9)*; Kukoricás kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=275,10kcal FH=10,10g ZS=9,40g SZH=37,37g CK=9,60g SÓ=1,74g TZS=3,36g	EN=726,35kcal FH=43,18g ZS=17,85g SZH=92,12g CK=28,29g SÓ=2,73g TZS=2,44g	EN=296,20kcal FH=8,54g ZS=12,83g SZH=35,52g CK=0,20g SÓ=1,36g TZS=1,88g
PÉNTEK 2022.09.30.	Erdei gyümölcs tea; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Rozsos párna (1, 12)*;	Karfiolleves (1, 3, 5)*; Bolognai szósz; Spagetti (1)*; Sajt szórat (2)*; Alma;	Kenőmájas (1, 2, 4)*; Paradicsom; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;
	EN=303,78kcal FH=8,93g ZS=10,11g SZH=40,52g CK=9,62g SÓ=1,09g TZS=3,07g	EN=743,20kcal FH=30,22g ZS=32,93g SZH=78,76g CK=9,60g SÓ=2,46g TZS=4,96g	EN=253,10kcal FH=9,72g ZS=10,30g SZH=30,22g CK=0,88g SÓ=1,72g TZS=4,16g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Iskola 'B'

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

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

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

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'B' Időszak: 2022.09.01.-től 2022.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alföldileves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő 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	123,42kcal	3,19g	3,55g	18,26g	0,63g	1,04g	0,61g
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	37,20kcal	0,48g	0,00g	8,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Almaleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg	142,65kcal	1,31g	0,53g	32,20g	24,81g	0,10g	0,19g
Amerikai palacsinta Összetétel: Fagy. amerikai palacsinta	288,00kcal	7,68g	6,12g	48,60g	19,56g	1,07g	0,96g
Baracklekvár Összetétel: Sárgabarack lekvár	73,80kcal	0,11g	0,03g	18,06g	18,00g	0,03g	0,00g
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	252,42kcal	13,32g	18,29g	6,99g	4,57g	0,74g	0,70g
Briós Összetétel: Briós 50g, Briós 70g	274,40kcal	5,53g	5,25g	50,12g	16,45g	0,49g	2,59g
Bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	325,09kcal	7,57g	8,13g	47,65g	1,92g	1,19g	1,03g
Burgonyaleves Összetétel: 10%-os ételecet, Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma, Zeller zöld	117,62kcal	3,40g	1,89g	20,17g	1,66g	0,99g	0,19g
Burgonyapüré Összetétel: Aro margarin, Burgonya, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '2,8%'	271,00kcal	6,95g	5,41g	44,16g	1,84g	0,81g	2,24g
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	596,40kcal	33,86g	22,53g	60,62g	4,06g	0,72g	0,31g
Csemege szalámi Összetétel: Csemege szalámi	104,80kcal	3,60g	10,00g	0,00g	0,00g	0,84g	4,20g
Csikós tokány Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő 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	0,99g	1,54g
Csipkebogyó tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Csirke pörkölt Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étélizesítő 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	0,65g	0,37g
Csorbaleves Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Lestyan, Őrölt fekete bors, Savanyú káposzta, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tejföl '12%', Vöröshagyma	244,43kcal	12,00g	16,21g	10,76g	1,40g	1,28g	0,24g
Daragalus kaleves Összetétel: Búzadara, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	186,60kcal	5,36g	5,03g	28,47g	1,10g	1,02g	0,69g
Darás metélt Összetétel: Búzadara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	419,17kcal	11,08g	9,53g	71,69g	2,80g	0,42g	1,11g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'B'

Időszak: 2022.09.01.-től 2022.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Debreceni aprópecsenye Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Köménymag, Lecsókolbász, Natúr 30%-os lecsó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	291,31kcal	15,14g	23,53g	2,98g	0,51g	0,98g	1,43g
Delma Margarin Összetétel: Delma light margarin	21,60kcal	0,00g	2,40g	0,24g	0,00g	0,10g	0,72g
Diákcsemege szalámi Összetétel: Diákcsemege szalámi	99,40kcal	3,60g	9,40g	0,10g	0,10g	0,80g	3,80g
Diós metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	283,76kcal	8,54g	4,66g	51,87g	2,80g	0,37g	0,61g
Diós porcukor Összetétel: Dióbél, Porcukor	256,20kcal	5,58g	17,10g	18,51g	15,00g	0,00g	0,00g
Dzsungel reggeliző pehely Összetétel: Dzsungel reggeliző pehely 30g	112,80kcal	2,31g	0,66g	23,70g	8,70g	0,25g	0,09g
Eper-csipkebogyó gyümölcs tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Erdei gyümölcs tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Fahéjas szilvaleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. szilva, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg	186,45kcal	2,49g	1,28g	39,93g	25,45g	0,22g	0,55g
Fatörzskifli Összetétel: Fatörzskifli 57g	180,12kcal	4,33g	3,59g	31,46g	6,16g	0,40g	1,82g
Fejeskáposzta-saláta Összetétel: 10%-os ételcet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	57,28kcal	1,63g	0,22g	11,92g	6,00g	0,45g	0,01g
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, Étélízesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Halászlé sűrítmény, Natúr 30%-os lecsó, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	122,33kcal	9,75g	7,52g	5,56g	3,19g	3,29g	2,76g
Fonottka Összetétel: Fonottka 50g	147,50kcal	4,05g	1,35g	28,90g	1,90g	0,50g	0,70g
Főtt burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott, főzővíz'	103,40kcal	2,75g	0,33g	20,24g	0,00g	0,07g	0,00g
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 '2,8%'	199,31kcal	8,10g	7,63g	23,83g	23,50g	0,25g	4,64g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'B'

Időszak: 2022.09.01.-től 2022.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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, Vöröshagyma	288,62kcal	4,67g	16,94g	19,77g	0,88g	1,69g	1,68g
Galuska Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. galuska, Só 'jódozott, főzővíz'	399,70kcal	26,40g	10,30g	94,60g	0,00g	0,59g	1,00g
Gesztenyekrém leves almakockával Összetétel: Fagy. alma, Fagy. gesztenye püré, Fagy. zeller, Fahéj, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Vaníliás cukor, Vöröshagyma	143,25kcal	1,21g	0,77g	32,44g	16,74g	0,17g	0,21g
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	269,18kcal	12,49g	15,61g	17,10g	1,69g	1,00g	0,27g
Gyrosos sertésszelet Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Gyros fűszerkeverék, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	217,66kcal	21,50g	8,97g	11,22g	0,09g	0,92g	0,12g
Gyümölcsös krémjoghurt Összetétel: Gyümölcsös krémjoghurt 125g	125,00kcal	4,12g	4,00g	17,50g	16,25g	0,23g	2,75g
Halpaprikás Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Halászlé sűrítmény, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tejföl '12%', Vöröshagyma	111,95kcal	11,38g	4,51g	6,08g	1,40g	1,65g	0,56g
Hentes szelet Összetétel: Csemege paprika, Csemege uborka, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	221,86kcal	21,43g	12,69g	4,19g	0,51g	1,23g	1,18g
Hosszú zsemle Összetétel: Hosszú zsemle53g	136,21kcal	4,08g	0,53g	27,77g	0,16g	0,64g	0,32g
Húsgombóc Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	247,62kcal	13,25g	15,99g	16,78g	0,43g	0,73g	0,12g
Kakaós csiga Összetétel: Kakaós csiga 50g, Kakaós csiga 70g	292,60kcal	3,78g	14,63g	35,49g	12,53g	0,49g	7,35g
Kakaós cukor Összetétel: Kakaópor 22%, Porcukor	78,85kcal	1,00g	1,05g	15,55g	15,00g	0,00g	0,65g
Karamellás tej Összetétel: Kristálycukor, Tej '2,8%'	165,60kcal	6,30g	5,88g	21,66g	21,66g	0,21g	3,57g
Karfiolleves Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos rizsszem tészta, Vöröshagyma	82,55kcal	2,88g	2,82g	10,90g	2,23g	0,96g	0,35g
Kefír Összetétel: Kefír	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g
Kelkáposzta főzelék Összetétel: Burgonya, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	199,21kcal	6,19g	3,46g	34,30g	0,41g	0,53g	0,31g
Kenőmájás Összetétel: Kenőmájás	107,20kcal	4,00g	9,60g	1,16g	0,52g	0,88g	3,92g
Ketchup Összetétel: Ketchup	20,90kcal	0,07g	0,00g	1,13g	0,86g	0,16g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'B'

Időszak: 2022.09.01.-től 2022.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kifli Összetétel: Kifli 43g	126,85kcal	3,53g	1,16g	24,77g	1,63g	0,47g	0,60g
Kigyóuborka 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
Kukoricás kenyér Összetétel: Kukoricás kenyér	151,80kcal	4,38g	0,48g	31,50g	0,12g	0,84g	0,24g
Kukoricás rizs Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott'	250,72kcal	6,58g	6,78g	60,61g	0,92g	1,19g	0,74g
Lapkasajt Összetétel: Lapkasajt	155,50kcal	13,00g	11,50g	0,00g	0,00g	1,00g	7,50g
Lebbencsleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő 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	157,11kcal	4,28g	3,96g	24,36g	2,30g	1,10g	0,78g
Lekvár Összetétel: Sárgabarack lekvár	61,50kcal	0,09g	0,03g	15,05g	15,00g	0,03g	0,00g
Liga Margarin Összetétel: Liga margarin	21,60kcal	0,06g	2,40g	0,06g	0,06g	0,10g	0,72g
Magvas kenyér Összetétel: Magvas kenyér	152,40kcal	4,92g	2,16g	28,32g	0,18g	0,78g	0,48g
Magyaros burgonyaleves Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Füstölt kolbász, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	273,57kcal	8,58g	16,73g	20,55g	0,64g	1,53g	4,43g
Magyaros sült csirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Natúr 30%-os lecsó, Só 'jódozott', Szárnyas fűszerkeverék, Vöröshagyma	205,95kcal	22,73g	8,18g	2,05g	0,42g	1,16g	0,10g
Magyaros vajkrém Összetétel: Magyaros vajkrém	48,60kcal	0,80g	4,60g	1,00g	0,00g	0,08g	2,92g
Májgaluskaleves Összetétel: Étélizesítő 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	218,76kcal	15,53g	7,48g	21,19g	1,77g	1,10g	0,56g
Meggyes gyümölcs Tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Mexikói sertésragu Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. mexikói zöldségköret, Finomliszt BL55, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	285,14kcal	14,75g	20,90g	7,58g	2,01g	0,75g	0,30g
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

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'B' Időszak: 2022.09.01.-től 2022.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Napraforgómagos fonottka Összetétel: Kelt fonottka napraforgómaggal	236,40kcal	5,52g	6,90g	36,60g	6,00g	0,42g	2,64g
Natúr sertés szelet Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Finomliszt BL55, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott'	182,62kcal	21,51g	8,56g	3,52g	0,22g	0,62g	0,05g
Nyírségi gombóclevés Összetétel: Citromlé 40%, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. nudli, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	113,67kcal	3,92g	3,61g	13,28g	2,84g	1,09g	0,30g
Őszibarack Összetétel: Őszibarack	49,20kcal	0,84g	0,00g	10,80g	0,00g	0,00g	0,00g
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	11,50kcal	0,50g	0,10g	2,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Paradicsomleves betűtésztaival Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tojásos betű tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	208,77kcal	4,97g	4,37g	36,92g	18,66g	0,97g	0,50g
Paradicsommártás Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	227,68kcal	5,04g	5,21g	39,50g	17,87g	0,65g	0,55g
Paradicsomos halpástétom Összetétel: Paradicsomos halpástétom	134,40kcal	3,56g	12,20g	2,52g	0,08g	0,52g	1,64g
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	0,67g	0,35g
Párolt rizs Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	220,65kcal	4,56g	6,66g	55,59g	0,22g	0,89g	0,70g
Pásztorleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	144,34kcal	3,81g	3,51g	22,34g	1,99g	1,07g	0,61g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz'	260,14kcal	5,89g	5,30g	42,58g	0,17g	0,74g	0,50g
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	0,99g	1,01g
Porcukor Összetétel: Porcukor	80,00kcal	0,00g	0,00g	20,00g	20,00g	0,00g	0,00g
Rakott karfiol Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. karfiol, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '2,8%', Tejföl '12%', Tojáspor, Trappista sajt, Vöröshagyma	491,84kcal	25,40g	26,78g	40,24g	6,51g	1,06g	1,86g
Reszelt tésztaleves Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	95,82kcal	2,65g	3,30g	13,52g	0,64g	0,98g	0,40g
Rozsos párna Összetétel: Rozsos párna 56g	169,68kcal	4,93g	2,74g	30,46g	0,45g	0,62g	0,50g
Sajt szórát Összetétel: Trappista sajt	62,40kcal	5,00g	4,40g	0,60g	0,00g	0,40g	3,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'B' Időszak: 2022.09.01.-től 2022.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sajtkrém Összetétel: Natúr sajtkrém	92,50kcal	3,25g	7,10g	4,00g	0,00g	0,88g	4,60g
Sajtos pogácsa Összetétel: Sajtos pogácsa 50g, Sajtos pogácsa 70g	270,90kcal	6,65g	9,94g	37,59g	1,26g	1,89g	4,97g
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	0,62g	0,41g
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', Tartósítószermentes süritett paradicsom, Vöröshagyma	323,16kcal	17,32g	25,60g	3,64g	1,04g	0,82g	0,33g
Sertésraguleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	266,26kcal	14,09g	17,06g	12,06g	3,33g	0,95g	0,33g
Spagetti Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes spagetti tészta	308,63kcal	8,54g	7,42g	51,87g	2,80g	0,37g	0,91g
Stefánia vagdalt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojás főzött darabolt, Tojáspor, Vöröshagyma	337,80kcal	17,56g	22,73g	12,27g	0,77g	1,17g	1,26g
Sült debreceni kolbász Összetétel: Debreceni kolbász, Étolaj 'napraforgó'	252,22kcal	9,17g	23,68g	0,59g	0,20g	1,37g	7,37g
Sültcsirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Származ fűszerkeverék	226,79kcal	22,57g	10,99g	1,07g	0,20g	0,84g	0,41g
Szilva Összetétel: Szilva	58,00kcal	0,70g	0,00g	13,10g	0,00g	0,00g	0,00g
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	135,75kcal	3,35g	4,64g	18,46g	1,79g	1,15g	1,18g
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
Tejberizs Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '2,8%'	343,00kcal	11,62g	7,46g	74,30g	26,96g	0,56g	4,42g
Tejeskávé Összetétel: Kristálycukor, Pótkávé, Tej '2,8%'	186,40kcal	7,40g	6,53g	23,88g	20,61g	0,25g	3,93g
Tejfölös-túró Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	53,50kcal	5,77g	2,60g	1,40g	0,00g	0,18g	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

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'B'

Időszak: 2022.09.01.-től 2022.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	76,16kcal	2,96g	0,34g	15,33g	0,20g	0,48g	0,14g
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	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
Tojáskrém Összetétel: Aro margarin, Mustár, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás főzött darabolt	94,20kcal	3,92g	7,36g	0,59g	0,13g	0,47g	2,57g
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	0,72g	0,48g
Törtburgonya Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz'	317,12kcal	5,82g	11,73g	42,51g	0,13g	0,77g	1,20g
Túrós galuskaleves Összetétel: Búzadara, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Félzsíros tehéntúró, Finomliszt BL55, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	130,90kcal	4,57g	4,02g	18,29g	1,29g	1,23g	0,45g
Uborkasaláta Összetétel: 10%-os ételecet, Kigyó uborka, Kristálycukor, Só 'jódozott'	33,32kcal	1,00g	0,10g	6,70g	5,00g	0,40g	0,00g
Vanília öntet Összetétel: Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Tej '2,8%', Vaníliás cukor	220,74kcal	8,40g	7,84g	28,60g	17,42g	0,35g	4,76g
Vegyes saláta Összetétel: 10%-os ételecet, Fejes káposzta, Kigyó uborka, Köménymag, Kristálycukor, Lilahagyma, Sárgarépa, Só 'jódozott'	67,55kcal	1,16g	0,16g	15,02g	11,10g	0,40g	0,01g
Virsli Összetétel: Virsli	159,96kcal	0,93g	13,14g	0,93g	0,31g	1,18g	1,49g
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, Örlött fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	109,31kcal	3,84g	1,98g	18,14g	1,74g	0,95g	0,09g
Zöldborsófőzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '2,8'	319,30kcal	15,19g	5,48g	49,57g	25,68g	0,62g	1,75g
Zöldborsós csirkemáj ragu Összetétel: Csemege paprika, Csirkemáj, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Majoranna, Natúr 30%-os lecsó, Örlött fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	154,51kcal	19,43g	5,57g	6,27g	1,37g	0,77g	0,22g
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 'B'

Időszak: 2022.09.01.-től 2022.09.30.-ig

[illegible]