

| | Tízórai | Ebéd A | Uzsonna |
|---------------------------------|--|---|--|
| HÉTF 2023.10.02. | Zöldtea-citrusos; Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*; | Dörögicsei csirkeraguleves (1, 2, 3, 5)*; Diós metélt (1)*; Diós porcukor (1, 6, 13)*; Alma; | Zöldf szeres halpástétom (9)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; |
| | EN=357,45kcal FH=17,38g ZS=14,43g SZH=38,20g CK=9,26g SÓ=1,73g TZS=8,54g | EN=783,16kcal FH=31,04g ZS=29,97g SZH=95,08g CK=19,87g SÓ=0,71g TZS=1,01g | EN=268,00kcal FH=8,70g ZS=12,76g SZH=29,42g CK=0,44g SÓ=1,36g TZS=1,88g |
| KEDD 2023.10.03. | Erdei gyümölcs tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; | Gyümölcsleves (1, 2)*; Tejszínes sertésragu (1, 2, 5)*; Törtburgonya (5)*; | Méz; Teavaj (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; |
| | EN=300,90kcal FH=10,28g ZS=9,40g SZH=43,48g CK=10,08g SÓ=1,74g TZS=3,18g | EN=798,54kcal FH=23,27g ZS=37,02g SZH=85,46g CK=25,15g SÓ=0,96g TZS=3,01g | EN=266,16kcal FH=5,31g ZS=10,44g SZH=39,46g CK=12,67g SÓ=0,86g TZS=7,08g |
| SZERDA 2023.10.04. | Tej (2)*; Napraforgómagos vajkrém (2, 6, 8, 12, 13)*; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka; | Lebbencsleves (1, 5)*; Sült debreceni kolbász (1, 4, 11)*; Kelkáposzta f zelék (1, 5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; | Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Fonottka (1, 2)*; |
| | EN=327,89kcal FH=14,34g ZS=9,05g SZH=47,37g CK=12,58g SÓ=1,24g TZS=2,56g | EN=712,00kcal FH=23,45g ZS=31,53g SZH=80,12g CK=3,31g SÓ=2,76g TZS=8,61g | EN=272,50kcal FH=8,17g ZS=5,35g SZH=46,40g CK=18,15g SÓ=0,73g TZS=3,45g |
| CSÜTÖRTÖK 2023.10.05. | F zött kakaó (2, 4)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*; | Karfiolleves (1, 3, 5)*; Húsgombóc (3, 5)*; Paradicsommártás (1, 5)*; F tt burgonya 1/2; | Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Zöldpaprika; |
| | EN=349,43kcal FH=12,68g ZS=7,97g SZH=55,29g CK=29,66g SÓ=0,65g TZS=4,46g | EN=786,34kcal FH=29,02g ZS=28,26g SZH=104,72g CK=20,70g SÓ=1,28g TZS=1,07g | EN=248,80kcal FH=11,48g ZS=9,95g SZH=29,34g CK=0,62g SÓ=1,82g TZS=3,36g |
| PÉNTEK 2023.10.06. | Erdei gyümölcs tea; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Kigyóuborka; | Lencsegulyásleves (1, 2, 11)*; Tejberizs (2)*; Fahéjas cukor (1, 13)*; Alma; | Pizzás csiga (1, 2, 4)*; |
| | EN=296,10kcal FH=9,72g ZS=10,41g SZH=37,96g CK=9,53g SÓ=1,29g TZS=3,85g | EN=798,59kcal FH=33,92g ZS=22,95g SZH=131,64g CK=47,51g SÓ=0,96g TZS=2,95g | EN=349,60kcal FH=8,80g ZS=17,60g SZH=37,60g CK=3,44g SÓ=1,52g TZS=9,60g |

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=Rákkfélek; 11=Mustár; 12=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

| | Tízórai | Ebéd A | Uzsonna |
|---------------------------------|--|---|--|
| HÉTF 2023.10.09. | Eper-meggy gyümölcs tea; Diákcsemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; | Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Bolognai szósz; Makaróni (1)*; Sajt szórat (2)*; | Sajtkrém (2, 5)*; Zsemle (1)*; Zöldpaprika; |
| | EN=295,30kcal FH=8,96g ZS=12,40g SZH=36,69g CK=9,56g SÓ=1,74g TZS=4,76g | EN=774,00kcal FH=34,12g ZS=34,32g SZH=79,31g CK=11,25g SÓ=1,63g TZS=4,90g | EN=242,95kcal FH=8,09g ZS=7,78g SZH=34,17g CK=0,16g SÓ=1,51g TZS=4,92g |
| KEDD 2023.10.10. | Meggyes gyümölcs Tea; Házi körözött (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; | Bakonyi csirkeragu leves (1, 2, 3, 5)*; Aranygaluska (1, 2, 3)*; Vanília öntet (1, 2)*; | Ken májas (1, 2, 4)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma; |
| | EN=236,09kcal FH=11,29g ZS=3,82g SZH=38,30g CK=9,44g SÓ=0,98g TZS=0,24g | EN=781,63kcal FH=32,58g ZS=22,90g SZH=108,76g CK=45,10g SÓ=1,43g TZS=7,83g | EN=304,60kcal FH=9,82g ZS=10,20g SZH=42,92g CK=1,30g SÓ=1,72g TZS=3,98g |
| SZERDA 2023.10.11. | Tej (2)*; Csokis croissant (1, 2)*; | Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Roston sült hal tepsiben (1, 5, 9)*; Rizibizi (5)*; Céklasaláta (6, 15)*; | Alma dobozos üdít ; Teljes kiörlés gabonás keksz (1, 5)*; |
| | EN=372,60kcal FH=11,27g ZS=14,28g SZH=47,89g CK=11,75g SÓ=0,83g TZS=7,89g | EN=747,28kcal FH=27,91g ZS=25,61g SZH=119,09g CK=5,39g SÓ=4,24g TZS=2,91g | EN=268,60kcal FH=3,62g ZS=6,48g SZH=48,50g CK=29,20g SÓ=0,18g TZS=3,15g |
| CSÜTÖRTÖK 2023.10.12. | Karamellás tej (2)*; Pulyka pizzasonka (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; | Magyaros burgonyaleves (1, 2, 4, 5)*; Natúr baromfi érme (1, 2, 3, 4, 11)*; Sárgarépa zselé (1, 2)*; Alma; | Joghurt (2)*; Fonottka (1, 2)*; |
| | EN=301,08kcal FH=12,39g ZS=6,39g SZH=48,82g CK=22,10g SÓ=1,24g TZS=2,93g | EN=789,28kcal FH=27,82g ZS=33,74g SZH=88,06g CK=22,84g SÓ=3,18g TZS=9,13g | EN=240,50kcal FH=9,15g ZS=6,75g SZH=34,90g CK=7,90g SÓ=0,65g TZS=4,30g |
| PÉNTEK 2023.10.13. | Csipkebogyó tea; Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; | Zellerkrémleves (1, 2, 5)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Ketchupos csirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Vegyes vágott (6, 15)*; | Kakaós csiga (1, 2)*; |
| | EN=351,40kcal FH=18,36g ZS=14,50g SZH=36,59g CK=9,46g SÓ=1,94g TZS=8,46g | EN=748,92kcal FH=35,87g ZS=24,37g SZH=75,55g CK=5,50g SÓ=3,68g TZS=1,12g | 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=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

| | Tízórai | Ebéd A | Uzsonna |
|---------------------------------|--|--|---|
| HÉTF 2023.10.16. | Tejeskávé (1, 2)*; Fonott kalács (1, 2, 3)*; | Magyaros gombaleves (1, 2, 3, 5)*; Sertésrizottó (5)*; Sajt szórat (2)*; | Kockasajt (2)*; Kukoricás kenyér (1)*; Paradicsom; |
| | EN=376,60kcal FH=12,65g ZS=8,36g SZH=61,37g CK=26,88g SÓ=0,71g TZS=4,46g | EN=760,67kcal FH=33,80g ZS=41,36g SZH=79,84g CK=3,62g SÓ=1,93g TZS=4,33g | EN=256,30kcal FH=8,08g ZS=7,58g SZH=37,76g CK=0,12g SÓ=2,08g TZS=4,74g |
| KEDD 2023.10.17. | Tej (2)*; Mogorókrém (2, 6, 8)*; Félbarna kenyér (1)*; | Tárkonyos csirkeragu leves (1, 3, 5)*; Sajtos korong (1, 2, 3, 4, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Vegyes saláta; | Liga Margarin; Rozsos párna (1, 12)*; |
| | EN=330,95kcal FH=13,09g ZS=8,10g SZH=51,61g CK=12,53g SÓ=1,17g TZS=2,56g | EN=798,07kcal FH=36,11g ZS=27,46g SZH=95,26g CK=15,75g SÓ=3,11g TZS=7,72g | EN=191,28kcal FH=4,99g ZS=5,14g SZH=30,52g CK=0,51g SÓ=0,71g TZS=1,22g |
| SZERDA 2023.10.18. | Zöldtea-citrusos; Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Kigyóuborka; | Nyírségi gombóclevés (1, 2, 5)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Meggy mártás (1, 2)*; Pírtott dara (1)*; | Csokis croissant (1, 2)*; |
| | EN=306,70kcal FH=9,46g ZS=13,05g SZH=37,44g CK=9,46g SÓ=1,78g TZS=5,16g | EN=735,69kcal FH=33,73g ZS=19,54g SZH=93,02g CK=34,85g SÓ=1,83g TZS=1,39g | EN=262,60kcal FH=3,77g ZS=10,53g SZH=36,14g CK=0,00g SÓ=0,50g TZS=5,39g |
| CSÜTÖRTÖK 2023.10.19. | Erdei gyümölcs tea; Petrezselymes tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Zsemle (1)*; | Csontleves (1, 3, 5)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Csemege uborka (11)*; | Vajkrém (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Körte; |
| | EN=274,36kcal FH=8,23g ZS=7,89g SZH=38,72g CK=9,33g SÓ=1,15g TZS=2,89g | EN=783,73kcal FH=31,72g ZS=33,67g SZH=84,04g CK=6,42g SÓ=3,09g TZS=1,20g | EN=245,00kcal FH=6,56g ZS=5,00g SZH=42,76g CK=0,41g SÓ=0,92g TZS=0,24g |
| PÉNTEK 2023.10.20. | Citromos tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4)*; Mustár (11)*; | Filézett halászlé (5, 9)*; Mákos guba (1, 2, 3, 4, 6)*; Vanília öntet (1, 2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Alma; | Párizsikrém (1, 2, 4, 11)*; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika; |
| | EN=288,75kcal FH=9,29g ZS=10,20g SZH=38,66g CK=9,36g SÓ=1,54g TZS=3,22g | EN=862,02kcal FH=31,78g ZS=29,96g SZH=114,51g CK=20,76g SÓ=3,84g TZS=5,38g | EN=258,04kcal FH=9,85g ZS=8,41g SZH=35,68g CK=0,98g SÓ=1,75g TZS=2,46g |

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=Rákkfélek; 11=Mustár; 12=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

| | Tízórai | Ebéd A | Uzsonna |
|---------------------------------|--|---|---|
| HÉTF 2023.10.23. | | | |
| KEDD 2023.10.24. | Tej (2)*; Teavaj (2)*; Kifli (1, 2)*; EN=323,61kcal FH=11,07g ZS=14,75g SZH=36,55g CK=13,38g SÓ=0,81g TZS=9,94g | Zöldségleves (1, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Szárzabbf zelék (1, 2)*; EN=788,62kcal FH=38,38g ZS=35,66g SZH=73,92g CK=4,55g SÓ=1,30g TZS=1,12g | Ken májas (1, 2, 4)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Kigyóuborka; EN=247,60kcal FH=9,72g ZS=10,25g SZH=29,07g CK=0,88g SÓ=1,72g TZS=4,16g |
| SZERDA 2023.10.25. | Tejbegríz (1, 2)*; Fahéjas cukor (1, 13)*; EN=293,57kcal FH=9,81g ZS=3,85g SZH=54,50g CK=36,05g SÓ=0,24g TZS=2,16g | Buzsáki leves (2, 5, 11)*; Mézes-mustáros csirke csíkok (1, 5, 11)*; F szeres törtburgonya (5)*; EN=832,81kcal FH=41,74g ZS=39,08g SZH=70,82g CK=8,87g SÓ=1,39g TZS=1,77g | Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Kigyóuborka; EN=219,60kcal FH=10,52g ZS=7,05g SZH=28,51g CK=0,56g SÓ=1,64g TZS=2,64g |
| CSÜTÖRTÖK 2023.10.26. | Vaníliás tej (1, 2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*; EN=334,08kcal FH=12,08g ZS=7,34g SZH=53,95g CK=28,65g SÓ=0,65g TZS=4,07g | Fahéjas szilvaleves (1, 2)*; Bugaci sertés szelet (1)*; Kukoricás bulgur (1, 5)*; EN=789,27kcal FH=33,60g ZS=22,89g SZH=101,65g CK=27,77g SÓ=1,11g TZS=2,58g | Sonkakrém; Félbarna kenyér (1)*; Jégcsap retek; EN=206,20kcal FH=9,03g ZS=3,17g SZH=35,02g CK=0,83g SÓ=1,67g TZS=0,86g |
| PÉNTEK 2023.10.27. | Meggyes gyümölcs Tea; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika; EN=231,70kcal FH=6,08g ZS=3,15g SZH=44,38g CK=9,88g SÓ=0,94g TZS=0,78g | Frankfurtileves (1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*; Lekváros bukta (1, 2, 3)*; EN=817,77kcal FH=13,73g ZS=25,78g SZH=120,39g CK=34,06g SÓ=2,40g TZS=6,05g | Zöldf szeres halpástétom (9)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; EN=268,00kcal FH=8,70g ZS=12,76g SZH=29,42g CK=0,44g SÓ=1,36g TZS=1,88g |

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 |
|--------------------------|---|--|--|
| HÉTF 2023.10.30. | Erdei gyümölcs tea; Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; | Hamis gulyásleves (1, 3, 5)*; Spenót (1, 2)*; Stefánia vagdalt (1, 3)*; Félbarna kenyér (1)*; | Joghurt (2)*; Molnárka (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=747,80kcal FH=32,45g ZS=32,52g SZH=75,88g CK=9,71g SÓ=2,13g TZS=2,70g | EN=267,90kcal FH=9,06g ZS=9,30g SZH=36,03g CK=10,95g SÓ=0,54g TZS=5,63g |
| KEDD 2023.10.31. | Citromos tea; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom; | Süt tökrémleves (1, 2)*; Pirított tökmag (6, 8, 12, 13)*; Húsos rakott tészta (1, 2)*; | Fahéjas csiga (1, 2)*; |
| | EN=298,24kcal FH=9,64g ZS=10,46g SZH=38,69g CK=9,53g SÓ=1,29g TZS=3,85g | EN=861,77kcal FH=34,36g ZS=38,58g SZH=90,50g CK=22,65g SÓ=1,62g TZS=4,63g | EN=275,80kcal FH=3,78g ZS=10,78g SZH=40,53g CK=13,79g SÓ=0,49g TZS=5,46g |
| SZERDA 2023.11.01. | | | |
| | | | |
| CSÜTÖRTÖK 2023.11.02. | F zött kakaó (2, 4)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*; | Kertészleves (1, 3, 5)*; Bükki aprópecsenye (1, 2, 4, 5)*; Párolt rizs (5)*; Körte; | Ken májas (1, 2, 4)*; Teljes kiörlés zsemle (1)*; |
| | EN=349,43kcal FH=12,68g ZS=7,97g SZH=55,29g CK=29,66g SÓ=0,65g TZS=4,46g | EN=735,88kcal FH=24,17g ZS=37,31g SZH=92,46g CK=2,17g SÓ=1,39g TZS=2,19g | EN=233,70kcal FH=8,30g ZS=10,20g SZH=25,41g CK=0,87g SÓ=1,48g TZS=4,27g |
| PÉNTEK 2023.11.03. | Tej (2)*; Napraforgómagos fonottka (1, 2, 3)*; | Lencseleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Roston sült hal (1, 5, 9)*; Hagymás burgonya; Csemege uborka (11)*; | Sonkás krém 50g Eurofood ; Teljes kiörlés egyenes kifli (1)*; |
| | EN=346,40kcal FH=13,02g ZS=10,65g SZH=48,35g CK=17,75g SÓ=0,74g TZS=5,14g | EN=723,21kcal FH=32,93g ZS=21,16g SZH=93,91g CK=4,50g SÓ=3,92g TZS=2,06g | EN=251,70kcal FH=7,98g ZS=12,84g SZH=24,19g CK=0,35g SÓ=1,19g TZS=4,94g |

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

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Id szak: 2023.10.01.-től 2023.10.31.-ig

| Étel név , összetevő k | Energia | Fehérje | Zsír | Szénhidrát | Cukor | Só | Telített zsír |
|--|------------|---------|--------|------------|--------|-------|---------------|
| Alma Összetétel: Alma 'Idared' | 37,20kcal | 0,48g | 0,00g | 8,40g | 0,00g | 0,00g | 0,00g |
| Alma dobozos üdít Összetétel: 50%-os alma dobozos gyümölcslé | 84,20kcal | 0,30g | 0,08g | 20,50g | 20,00g | 0,00g | 0,03g |
| Aranygaluska Összetétel: Aranygaluska | 424,80kcal | 8,64g | 11,88g | 69,12g | 26,28g | 0,60g | 4,92g |
| Bakonyi csirkeragu leves Összetétel: Csemege paprika, Csirkemáj, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma | 169,69kcal | 15,26g | 6,82g | 11,03g | 1,40g | 0,49g | 0,39g |
| Bolognai szósz Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes süritett paradicsom, Vöröshagyma | 281,92kcal | 15,07g | 20,68g | 7,02g | 4,57g | 0,56g | 0,70g |
| Bugaci sertés szelet Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Füstölt szalonna, Petrezselyem zöld, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma | 203,98kcal | 20,65g | 11,00g | 4,25g | 0,38g | 0,39g | 0,50g |
| 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 |
| Buzsáki leves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Csemege uborka, Étélizésítő 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 | 274,05kcal | 13,28g | 19,09g | 9,86g | 1,87g | 0,61g | 0,26g |
| Céklasaláta Összetétel: Céklasaláta | 27,30kcal | 0,78g | 0,06g | 6,19g | 1,60g | 1,60g | 0,00g |
| 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%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor | 39,90kcal | 0,08g | 0,00g | 9,47g | 9,04g | 0,00g | 0,00g |
| Csokis croissant Összetétel: Croissant kakaós krémmel 45g, Croissant kakaós krémmel 65g | 262,60kcal | 3,77g | 10,53g | 36,14g | 0,00g | 0,50g | 5,40g |
| 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 | 109,49kcal | 3,23g | 2,92g | 17,03g | 1,25g | 0,53g | 0,38g |
| Daragaluska leves 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 |
| Diákcsemege szalámi Összetétel: Diákcsemege szalámi | 99,40kcal | 3,60g | 9,40g | 0,10g | 0,10g | 0,80g | 3,80g |
| Díós metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta | 283,76kcal | 8,54g | 4,66g | 51,87g | 2,80g | 0,19g | 0,61g |

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2023.10.01.-től 2023.10.31.-ig

| Étel név , összetevők | Energia | Fehérje | Zsír | Szénhidrát | Cukor | Só | Telített zsír |
|--|------------|---------|--------|------------|--------|-------|---------------|
| Diós porcukor Összetétel: Dióbél, Porcukor | 256,20kcal | 5,58g | 17,10g | 18,51g | 15,00g | 0,00g | 0,00g |
| Dörögcsesi 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 |
| Fahéjas csiga Összetétel: Fahéjas csiga 50g, Fahéjas csiga 70g | 275,80kcal | 3,78g | 10,78g | 40,53g | 13,79g | 0,49g | 5,46g |
| Fahéjas cukor Összetétel: Fahéj, Porcukor | 64,97kcal | 0,02g | 0,00g | 16,11g | 16,01g | 0,00g | 0,00g |
| Fahéjas szilvaleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. szilva, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzötejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg | 212,82kcal | 3,12g | 1,83g | 44,53g | 25,45g | 0,13g | 0,83g |
| Fatörzskifli Összetétel: Fatörzskifli 57g | 180,12kcal | 4,33g | 3,59g | 31,46g | 6,16g | 0,40g | 1,82g |
| Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér | 64,08kcal | 2,14g | 0,24g | 13,34g | 0,31g | 0,34g | 0,02g |
| Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér | 160,20kcal | 5,34g | 0,60g | 33,36g | 0,78g | 0,84g | 0,06g |
| Filézt 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 |
| Fonott kalács Összetétel: Fonott kalács, Fonott kalács | 217,80kcal | 5,02g | 4,82g | 37,49g | 6,27g | 0,46g | 2,38g |
| Fonottka Összetétel: Fonottka 50g | 147,50kcal | 4,05g | 1,35g | 28,90g | 1,90g | 0,50g | 0,70g |
| Főtt burgonya 1/2 Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott, főzővíz' | 103,40kcal | 2,75g | 0,33g | 20,24g | 0,00g | 0,03g | 0,00g |
| 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. leveleszöldség, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kelkáposzta, Kömény, 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 |
| Fűszeres töltött burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz' | 317,12kcal | 5,82g | 11,73g | 42,51g | 0,13g | 0,39g | 1,20g |
| Gyümölcsleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fagy. meggy, Fagy. ribizli, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzötejszín, Kristálycukor, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%' | 180,82kcal | 2,55g | 2,20g | 36,73g | 24,39g | 0,11g | 0,44g |

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Id szak: 2023.10.01.-től 2023.10.31.-ig

| Étel név , összetevő k | Energia | Fehérje | Zsír | Szénhidrát | Cukor | Só | Telített zsír |
|--|------------|---------|--------|------------|--------|-------|---------------|
| Gyümölcsös krémsajoghurt Összetétel: Gyümölcsös krémsajoghurt 125g | 125,00kcal | 4,12g | 4,00g | 17,50g | 16,25g | 0,23g | 2,75g |
| Hamis gulyásleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő 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 | 116,88kcal | 2,94g | 2,73g | 18,44g | 1,08g | 0,51g | 0,30g |
| Házi kőrözt 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 |
| Hot-Dog Összetétel: Hosszú zsemle53g, Virsli Pulyka Gallicoop | 242,21kcal | 8,88g | 9,73g | 28,73g | 0,32g | 1,44g | 3,20g |
| Húsgombóc Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Örlött fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma | 296,45kcal | 16,00g | 19,58g | 18,41g | 0,43g | 0,37g | 0,12g |
| Húsos rakott tészta Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Főtt füstölt tarja, Örlött 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, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma | 660,24kcal | 27,89g | 30,65g | 64,61g | 3,27g | 1,05g | 0,83g |
| Jégcsap retek Összetétel: Jégcsap retek | 7,00kcal | 0,55g | 0,05g | 0,60g | 0,00g | 0,00g | 0,00g |
| 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 |
| Karfiol leves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos rizsszem tészta, Vöröshagyma | 158,81kcal | 5,23g | 3,15g | 26,57g | 2,40g | 0,52g | 0,40g |
| Kelkáposzta f. zselé Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Örlött fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma | 199,21kcal | 6,19g | 3,46g | 34,30g | 0,41g | 0,27g | 0,31g |
| Kenőmáj Összetétel: Kenőmáj | 107,20kcal | 4,00g | 9,60g | 1,16g | 0,52g | 0,88g | 3,92g |
| Ketchupos csirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Ketchup, Só 'jódozott', Szárnyas fűszerkeverék, Vöröshagyma | 250,88kcal | 24,17g | 10,03g | 2,44g | 1,18g | 0,85g | 0,24g |
| 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: 2023.10.01.-től 2023.10.31.-ig

| Étel név , összetevők | Energia | Fehérje | Zsír | Szénhidrát | Cukor | Só | Telített zsír |
|---|------------|---------|--------|------------|--------|-------|---------------|
| Körte Összetétel: Körte | 62,40kcal | 0,48g | 0,00g | 14,40g | 0,00g | 0,00g | 0,00g |
| Kukoricás bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma | 372,47kcal | 9,83g | 10,07g | 52,87g | 1,93g | 0,60g | 1,26g |
| Kukoricás kenyér Összetétel: Kukoricás kenyér | 151,80kcal | 4,38g | 0,48g | 31,50g | 0,12g | 0,84g | 0,24g |
| Lapkasajt Összetétel: Lapkasajt | 155,50kcal | 13,00g | 11,50g | 0,00g | 0,00g | 1,00g | 7,50g |
| Lebbencsleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, 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 | 518,00kcal | 8,82g | 8,54g | 98,84g | 33,18g | 0,98g | 4,34g |
| Lencsegyúsleves Összetétel: 10%-os ételecet, Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Lencse, Mustár, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma | 344,12kcal | 19,66g | 18,23g | 23,10g | 2,70g | 0,51g | 0,25g |
| Levesgyöngy Összetétel: Levesgyöngy | 74,70kcal | 1,20g | 4,20g | 7,95g | 0,90g | 0,14g | 0,00g |
| Liga Margarin Összetétel: Liga margarin | 21,60kcal | 0,06g | 2,40g | 0,06g | 0,06g | 0,10g | 0,72g |
| Magyaros burgonyaleves Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő 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 | 280,35kcal | 8,77g | 16,75g | 21,96g | 0,64g | 1,09g | 4,43g |
| Magyaros gombaleves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos gyöngyragolyó tészta, Vöröshagyma | 127,34kcal | 4,80g | 3,53g | 18,45g | 1,47g | 0,55g | 0,31g |
| Makaróni Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes makaróni | 300,34kcal | 8,54g | 6,50g | 51,87g | 2,80g | 0,17g | 0,81g |
| Mákos guba Összetétel: Mákos guba | 462,00kcal | 10,80g | 18,00g | 61,20g | 0,00g | 0,00g | 0,00g |
| Meggyes gyümölcs Tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor | 39,90kcal | 0,08g | 0,00g | 9,47g | 9,04g | 0,00g | 0,00g |
| Meggy mártás Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. meggy, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tej '1,5% | 222,87kcal | 3,48g | 0,86g | 49,31g | 31,81g | 0,21g | 0,28g |
| Méz Összetétel: Vegyes virág méz | 45,00kcal | 0,05g | 0,00g | 12,36g | 12,32g | 0,02g | 0,00g |
| Méz-mustáros csirke csikok Összetétel: Étélizésítő 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 |

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2023.10.01.-től 2023.10.31.-ig

| Étel név , összetevő k | Energia | Fehérje | Zsír | Szénhidrát | Cukor | Só | Telített zsír |
|---|------------|---------|--------|------------|--------|-------|---------------|
| Molnárka Összetétel: Molnárka 55g | 174,90kcal | 3,96g | 3,91g | 30,03g | 4,95g | 0,39g | 2,04g |
| Mustár Összetétel: Mustár | 10,00kcal | 0,41g | 0,47g | 0,88g | 0,00g | 0,10g | 0,02g |
| 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 |
| Nyírségi gombóclevés Összetétel: Citromlé 40%, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. nudli, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma | 113,67kcal | 3,92g | 3,61g | 13,28g | 2,84g | 0,64g | 0,30g |
| Paradicsom Összetétel: Paradicsom | 11,50kcal | 0,50g | 0,10g | 2,00g | 0,00g | 0,00g | 0,00g |
| 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 | 0,36g | 0,55g |
| Párizsikrém Összetétel: Liga margarin, Mustár, Sertés párizsi, Só 'jódozott', Tejföl '12%' | 87,84kcal | 3,91g | 7,66g | 0,82g | 0,20g | 0,91g | 2,40g |
| Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz' | 285,01kcal | 5,89g | 8,06g | 42,58g | 0,17g | 0,37g | 0,80g |
| Petrezselymes tojáskrém Összetétel: Aro margarin, Mustár, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás főzött darabolt | 94,01kcal | 3,91g | 7,36g | 0,58g | 0,13g | 0,52g | 2,57g |
| 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 |
| Pizzás csiga Összetétel: Pizzás csiga 50g, Pizzás csiga 70g | 349,60kcal | 8,80g | 17,60g | 37,60g | 3,44g | 1,52g | 9,60g |
| Pulyka pizzasonka Összetétel: Felvágott - Pulyka pizzasonka | 4,68kcal | 0,60g | 0,24g | 0,04g | 0,02g | 0,09g | 0,08g |
| Rizibizi Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma | 277,79kcal | 6,87g | 9,58g | 60,47g | 2,26g | 0,45g | 1,03g |
| Roston sült hal tepsiben Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő 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 |
| 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 'A'

Id szak: 2023.10.01.-től 2023.10.31.-ig

| Étel név , összetevő k | 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 korong Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Sajtos korong Hungerit | 242,23kcal | 12,00g | 12,36g | 20,00g | 0,00g | 1,80g | 3,64g |
| Sárgarépa zselé Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '1,5%' | 306,10kcal | 8,96g | 5,43g | 52,26g | 22,20g | 0,66g | 1,30g |
| Sertés párizsi Összetétel: Sertés párizsi | 79,20kcal | 4,80g | 6,40g | 0,60g | 0,20g | 0,80g | 2,40g |
| Sertéspörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma | 340,88kcal | 18,20g | 26,79g | 4,37g | 0,78g | 0,46g | 0,32g |
| Sertésrizottó Összetétel: Ételizező só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma | 570,92kcal | 24,00g | 33,43g | 60,79g | 2,15g | 0,98g | 1,02g |
| Sonkkrém Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet, Liga margarin | 39,00kcal | 3,14g | 2,52g | 1,06g | 0,05g | 0,83g | 0,80g |
| Spenót Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tej '1,5%' | 215,61kcal | 9,00g | 5,63g | 32,04g | 7,68g | 0,43g | 1,12g |
| 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 debreceni kolbász Összetétel: Debreceni kolbász, Étolaj 'napraforgó' | 252,22kcal | 9,17g | 23,68g | 0,59g | 0,20g | 1,37g | 7,37g |
| Sütszírcsomb Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Ételizező só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szárnyas fűszerkeverék | 226,79kcal | 22,57g | 10,99g | 1,07g | 0,20g | 0,48g | 0,41g |
| Süt tökkremleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sütőtök, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzôtejszín, Gyömbér, Gyümölcsle sűrítmény, Kristálycukor, Só 'jódozott' | 149,12kcal | 1,70g | 2,90g | 28,02g | 19,43g | 0,53g | 0,49g |
| Szárazbab zselé Összetétel: 10%-os ételecet, Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Só 'jódozott', Szárazbab, Tejföl '12%', Vöröshagyma | 352,66kcal | 17,31g | 6,44g | 54,32g | 1,88g | 0,35g | 0,50g |
| Tárkonyos csirkeragu leves Összetétel: Citromlé 40%, Ételizező 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 |
| Tejbegríz Összetétel: Búza dara, Kristálycukor, Tej '1,5%' | 228,60kcal | 9,79g | 3,85g | 38,39g | 20,04g | 0,24g | 2,16g |
| Tejberizs Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '1,5%' | 352,30kcal | 13,76g | 4,71g | 84,03g | 28,80g | 0,45g | 2,70g |

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Id szak: 2023.10.01.-től 2023.10.31.-ig

| Étel név , összetevő k | Energia | Fehérje | Zsír | Szénhidrát | Cukor | Só | Telített zsír |
|--|------------|---------|--------|------------|--------|-------|---------------|
| Tejeskávé Összetétel: Kristálycukor, Pótkávé, Tej '1,5%' | 158,80kcal | 7,63g | 3,54g | 23,88g | 20,61g | 0,25g | 2,09g |
| Tejszínes sertésragu Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főzőtejszín, Füstölt szalonna, Örlött fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma | 300,60kcal | 14,90g | 23,08g | 6,22g | 0,63g | 0,47g | 1,37g |
| Tejes kiórtás gabonás keksz Összetétel: Gabonás keksz | 184,40kcal | 3,32g | 6,40g | 28,00g | 9,20g | 0,18g | 3,12g |
| Tejes kiórtás kenyér Összetétel: Tejes kiórtású kenyér | 134,40kcal | 5,22g | 0,60g | 27,06g | 0,36g | 0,84g | 0,24g |
| Tejes kiórtás kenyér Összetétel: Tejes kiórtású kenyér | 76,16kcal | 2,96g | 0,34g | 15,33g | 0,20g | 0,48g | 0,14g |
| Tejes kiórtás kenyér Összetétel: Tejes kiórtású kenyér | 53,76kcal | 2,09g | 0,24g | 10,82g | 0,14g | 0,34g | 0,10g |
| 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 |
| 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 | 0,39g | 1,20g |
| Vajkrém Összetétel: Natúr vajkrém | 48,20kcal | 0,86g | 4,40g | 1,30g | 0,05g | 0,08g | 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 |
| Vaníliás tej Összetétel: Kristálycukor, Tej '1,5%', Vaníliás cukor | 153,96kcal | 7,75g | 3,75g | 22,49g | 22,49g | 0,25g | 2,25g |
| Vegyes saláta Összetétel: 10%-os ételectet, Fejes káposzta, Kigyó uborka, Köménymag, Kristálycukor, Lilahagyma, Sárgarépa, Só 'jódozott' | 74,65kcal | 1,44g | 0,20g | 16,40g | 11,60g | 0,20g | 0,01g |
| Vegyes vágott Összetétel: Vegyes vágott | 40,80kcal | 1,22g | 0,23g | 6,75g | 1,60g | 1,82g | 0,03g |
| Zala felvágott Összetétel: Zala felvágott | 82,80kcal | 5,60g | 6,80g | 0,72g | 0,20g | 0,88g | 2,40g |
| Zellerkrémleves Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma, Zeller zöld | 97,53kcal | 3,39g | 1,85g | 15,83g | 1,65g | 0,50g | 0,05g |
| Zöldborsóleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma | 129,34kcal | 5,52g | 2,74g | 19,82g | 3,88g | 0,50g | 0,38g |
| 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 |

