

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2021.05.03.	Tejeskávé (1, 2)*; Fonottka (1, 2, 3)*;	Rizsleves (5)*; Vadas aprópecsenye (1, 2, 5, 11)*; Bulgur (1, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Mogyorókrém (2, 6, 8)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Alma;
	EN=381,40kcal FH=11,60g ZS=10,88g SZH=57,88g CK=25,08g SÓ=0,66g TZS=5,88g	EN=723,73kcal FH=25,52g ZS=31,48g SZH=77,11g CK=6,43g SÓ=3,24g TZS=1,59g	EN=232,35kcal FH=5,95g ZS=4,35g SZH=41,96g CK=0,36g SÓ=0,84g TZS=0,24g
KEDD 2021.05.04.	Tea 'Citromos'; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Fonottka (1, 2, 3)*; Paradicsom;	Frankfurti leves virslivel (1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*; Diós metélt (1)*; Diós porcukor (1, 6, 13)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Fahéjas csiga (1, 2)*;
	EN=337,24kcal FH=8,62g ZS=11,81g SZH=45,63g CK=13,67g SÓ=0,88g TZS=4,52g	EN=856,90kcal FH=20,01g ZS=39,51g SZH=95,61g CK=18,79g SÓ=2,20g TZS=2,45g	EN=275,80kcal FH=3,78g ZS=10,78g SZH=40,53g CK=13,79g SÓ=0,49g TZS=5,46g
SZERDA 2021.05.05.	Gyümölcs tea 'Erdei gyümölcs'; Csemege szalámi; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Retek;	Húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Sült virsli (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Spenót (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*;	Joghurt (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*; Alma;
	EN=315,70kcal FH=9,90g ZS=13,00g SZH=38,77g CK=9,40g SÓ=1,78g TZS=5,16g	EN=767,73kcal FH=24,05g ZS=40,64g SZH=64,82g CK=15,28g SÓ=3,58g TZS=4,41g	EN=305,10kcal FH=9,54g ZS=9,30g SZH=44,43g CK=10,95g SÓ=0,54g TZS=5,63g
CSÜTÖRTÖK 2021.05.06.	F zött kakaó (2, 4)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Tarhonyaleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Paprikás sertés szelet (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Törtburgonya (5)*; Céklasaláta (6, 15)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Csirkemell sonka (4)*; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Alma;
	EN=349,03kcal FH=11,23g ZS=10,10g SZH=51,45g CK=25,82g SÓ=0,61g TZS=5,78g	EN=714,48kcal FH=32,39g ZS=25,78g SZH=81,12g CK=3,28g SÓ=4,63g TZS=2,65g	EN=243,60kcal FH=12,16g ZS=5,40g SZH=36,32g CK=0,90g SÓ=1,90g TZS=1,80g
PÉNTEK 2021.05.07.	Tej (2)*; Kalácska (1, 2, 3)*;	Sertésraguleves (1, 2, 3, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Tökf zelék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Zöldf szeres halpástétom (9)*; Kenyér 'Kukoricás' (1)*; Paradicsom;
	EN=318,20kcal FH=12,79g ZS=8,25g SZH=47,50g CK=16,90g SÓ=0,67g TZS=4,53g	EN=785,58kcal FH=36,44g ZS=46,40g SZH=50,16g CK=15,24g SÓ=2,89g TZS=1,20g	EN=296,90kcal FH=8,36g ZS=12,74g SZH=35,86g CK=0,20g SÓ=1,42g 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 '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; 7=Mandula, pisztácia;  
8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt

**Suli-Host**  
**Étkeztetési**  
**Rendszer 3.0**

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2021.05.10.	Tea 'Csipkebogyó'; Kockasajt (2)*; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Paradicsom;	Paradicsomleves bet tésztával (1, 3, 5)*; Csirkemájás sertésragu (1, 5)*; Kukoricás rizs (5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;
	EN=300,40kcal FH=9,06g ZS=10,10g SZH=42,84g CK=9,46g SÓ=2,18g TZS=5,46g	EN=713,82kcal FH=28,64g ZS=25,96g SZH=109,53g CK=20,09g SÓ=3,36g TZS=1,52g	EN=305,12kcal FH=8,45g ZS=7,59g SZH=48,96g CK=22,41g SÓ=0,63g TZS=4,57g
KEDD 2021.05.11.	Tej (2)*; Vajkrém (2)*; Zsemle (1)*; Paradicsom;	Gyümölcsleves (1, 2)*; Halpaprikás (1, 2, 5, 9)*; Galuska (1, 3)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Lapkasajt (2)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Kigyóuborka;
	EN=310,15kcal FH=13,35g ZS=8,78g SZH=43,47g CK=11,71g SÓ=0,97g TZS=2,57g	EN=708,21kcal FH=41,89g ZS=15,36g SZH=143,97g CK=22,11g SÓ=2,87g TZS=1,83g	EN=317,50kcal FH=18,72g ZS=14,55g SZH=28,15g CK=0,36g SÓ=1,94g TZS=8,46g
SZERDA 2021.05.12.	F zött kakaó (2, 4)*; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Kigyóuborka;	Magyaros burgonyaleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Rakott karfiol (1, 2, 3, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Ken májas (1, 2, 4)*; Kenyér 'Kukoricás' (1)*; Paradicsom;
	EN=330,91kcal FH=12,68g ZS=9,56g SZH=47,96g CK=20,08g SÓ=1,15g TZS=4,92g	EN=705,32kcal FH=30,21g ZS=36,90g SZH=63,61g CK=7,34g SÓ=2,89g TZS=5,52g	EN=270,50kcal FH=8,88g ZS=10,18g SZH=34,66g CK=0,64g SÓ=1,78g TZS=4,16g
CSÜTÖRTÖK 2021.05.13.	Tejeskávé (1, 2)*; Margarin 'Delma' (2)*; Teljes kiörlés zsemle (1, 2)*; Kigyóuborka;	Zöldborsóleves (1, 2, 3, 5)*; Húsos-paradicsomos rakott tészta (1, 2)*; Alma;	Csirkemell sonka (4)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*; Paradicsom;
	EN=340,50kcal FH=12,20g ZS=9,58g SZH=49,22g CK=20,58g SÓ=0,94g TZS=4,99g	EN=725,53kcal FH=31,28g ZS=25,54g SZH=90,02g CK=10,22g SÓ=2,69g TZS=4,70g	EN=235,90kcal FH=11,82g ZS=7,06g SZH=31,36g CK=0,66g SÓ=1,84g TZS=2,04g
PÉNTEK 2021.05.14.	Gyümölcs tea 'Eper-csipkebogyó'; Virsli (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Ketchup; Hosszú zsemle (1)*;	Sárgaborsógulyás (1, 2, 3, 5, 11)*; Rántott sajt 'Mirelit' (1, 2, 3)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Alma; Sajtos pogácsa (1, 2)*;
	EN=356,97kcal FH=5,16g ZS=13,68g SZH=39,30g CK=10,36g SÓ=1,97g TZS=1,81g	EN=839,48kcal FH=36,10g ZS=32,18g SZH=95,79g CK=3,89g SÓ=2,89g TZS=2,40g	EN=308,10kcal FH=7,13g ZS=9,94g SZH=45,99g CK=1,26g SÓ=1,89g TZS=4,97g

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!**  
**Jó étvágyat kívánunk**



**SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**

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

E-mail: mail@suli-host.hu

**Étlap név:**

**Iskola '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; 7=Mandula, pisztácia;

8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt

**Suli-Host**  
**Étkeztetési**  
**Rendszer 3.0**

	<b>Tízórai</b>	<b>Ebéd A</b>	<b>Uzsonna</b>
<b>HÉTF</b> 2021.05.17.	F zött kakaó (2, 4)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Szárnyasgulyásleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 7, 8, 12, 13)*; Alma; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Kockasajt (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*; Paradicsom;
	EN=343,81kcal FH=10,86g ZS=10,41g SZH=50,02g CK=24,61g SÓ=0,60g TZS=6,00g	EN=810,20kcal FH=28,69g ZS=27,09g SZH=108,85g CK=19,94g SÓ=1,68g TZS=2,77g	EN=284,62kcal FH=8,03g ZS=10,69g SZH=37,72g CK=6,16g SÓ=1,64g TZS=6,32g
<b>KEDD</b> 2021.05.18.	Tej (2)*; Házi körözött (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Fahéjas szilvaleves (1, 2)*; Hentes tokány (1, 6, 15)*; Párolt rizs (5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Vegyes vágott (6, 15)*;	Zöldf szeres halpástétom (9)*; Kenyér 'Kukoricás' (1)*; Kigyóuborka;
	EN=300,51kcal FH=18,82g ZS=7,09g SZH=40,17g CK=11,90g SÓ=1,36g TZS=2,49g	EN=763,12kcal FH=24,80g ZS=30,76g SZH=115,28g CK=24,19g SÓ=4,55g TZS=2,31g	EN=291,40kcal FH=8,36g ZS=12,69g SZH=34,71g CK=0,20g SÓ=1,42g TZS=1,88g
<b>SZERDA</b> 2021.05.19.	Tej (2)*; Fonottka (1, 2, 3)*;	Daragaluskaleves (1, 2, 3, 5)*; Pince ragu (1)*; Hagymás burgonya; Alma; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Baromfi párizsi (1, 2, 4)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Paradicsom;
	EN=305,00kcal FH=11,95g ZS=8,10g SZH=45,50g CK=16,00g SÓ=0,66g TZS=4,20g	EN=763,81kcal FH=28,49g ZS=26,67g SZH=94,80g CK=3,07g SÓ=2,94g TZS=1,60g	EN=253,10kcal FH=9,84g ZS=10,50g SZH=29,94g CK=0,36g SÓ=1,78g TZS=3,52g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2021.05.20.	Tea 'Citromos'; Diákcsemege szalámi; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Rozs' (1)*; Kigyóuborka;	Vágott tojásleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Zöldborsóf zelék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Diós kifli (1, 2, 3, 6)*;
	EN=313,54kcal FH=8,24g ZS=12,33g SZH=41,85g CK=9,50g SÓ=1,80g TZS=4,58g	EN=712,52kcal FH=34,94g ZS=28,18g SZH=71,64g CK=25,06g SÓ=2,88g TZS=3,77g	EN=291,20kcal FH=5,60g ZS=11,20g SZH=42,70g CK=2,80g SÓ=0,14g TZS=0,00g
<b>PÉNTEK</b> 2021.05.21.	Karamellás tej (2)*; Margarin 'Liga'; Teljes kiörlés zsemle (1, 2)*;	Májgaluskaleves (1, 2, 3, 5)*; Szárnyas rizottó (5)*; Fejeskáposzta-saláta;	Teavaj (2)*; Méz; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*; Alma;
	EN=313,70kcal FH=10,66g ZS=8,88g SZH=45,97g CK=21,72g SÓ=0,91g TZS=4,64g	EN=756,12kcal FH=52,34g ZS=27,22g SZH=95,14g CK=8,54g SÓ=3,35g TZS=1,58g	EN=321,36kcal FH=5,49g ZS=12,00g SZH=49,12g CK=12,49g SÓ=0,80g TZS=7,32g

**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; 7=Mandula, pisztácia;  
8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt

**Suli-Host**  
**Étkeztetési**  
**Rendszer 3.0**

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<b>HÉTF</b> 2021.05.24.			
<b>KEDD</b> 2021.05.25.	Tejeskávé (1, 2)*; Margarin 'Liga'; Zsemle (1)*; EN=348,45kcal FH=11,70g ZS=9,46g SZH=52,61g CK=20,80g SÓ=0,98g TZS=4,96g	Alföldileves (1, 2, 3, 5, 11)*; Budapest szelet (5)*; Bulgur (1, 5)*; Sárgarépás káposztasaláta; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; EN=739,78kcal FH=36,11g ZS=21,91g SZH=88,51g CK=11,00g SÓ=3,93g TZS=1,97g	Csemege szalámi; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Kukoricás' (1)*; Paradicsom; EN=289,70kcal FH=8,48g ZS=12,98g SZH=33,74g CK=0,12g SÓ=1,84g TZS=5,16g
<b>SZERDA</b> 2021.05.26.	Tej (2)*; Margarin 'Liga'; Rozsos párna (1, 12)*; Paradicsom; EN=312,78kcal FH=13,24g ZS=8,99g SZH=44,02g CK=12,01g SÓ=0,96g TZS=3,47g	Karfiolleves (1, 2, 3, 5)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Csemege uborka (6, 15)*; EN=700,04kcal FH=28,05g ZS=27,35g SZH=82,25g CK=5,54g SÓ=4,94g TZS=1,22g	Kakaós csiga (1, 2)*; EN=292,60kcal FH=3,78g ZS=14,63g SZH=35,49g CK=12,53g SÓ=0,49g TZS=7,35g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2021.05.27.	F zött kakaó (2, 4)*; Vajkrém (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Kigyóuborka; EN=357,51kcal FH=13,48g ZS=11,56g SZH=49,20g CK=20,07g SÓ=1,13g TZS=4,20g	Burgonyagombóc leves (1, 2, 3, 5, 11)*; Chilisbab sertés hússal (1, 2, 3, 5, 11)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Alma; EN=741,34kcal FH=38,08g ZS=20,46g SZH=92,65g CK=5,39g SÓ=2,42g TZS=0,70g	Lekvár; Teavaj (2)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*; EN=308,46kcal FH=5,48g ZS=10,46g SZH=48,45g CK=15,78g SÓ=0,87g TZS=6,90g
<b>PÉNTEK</b> 2021.05.28.	Gyümölcs tea 'Meggy'; Virsli (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Ketchup; Hosszú zsemle (1)*; EN=356,97kcal FH=5,16g ZS=13,68g SZH=39,30g CK=10,36g SÓ=1,97g TZS=1,81g	Bazsalikomos paradicsomleves (1, 3, 5)*; Rántott halfilé (1, 3, 9)*; Rizibizi (5)*; Befőtt 'Öszibarack'; EN=707,66kcal FH=26,56g ZS=16,95g SZH=132,11g CK=32,06g SÓ=3,85g TZS=1,99g	Sajtkrém (2, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Kigyóuborka; EN=251,40kcal FH=9,62g ZS=9,17g SZH=32,71g CK=0,36g SÓ=1,89g TZS=5,76g

**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; 7=Mandula, pisztácia;  
8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

**Suli-Host**  
**Étkeztetési**  
**Rendszer 3.0**

## Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'B'

Id szak: 2021.05.01.-től 2021.05.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Alföldileves</b> Összetétel: Csemege paprika, Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. gyökér csík, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Lecsó (natúr 30%), Magyaros levesalap 'Knorr', rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Tojásmentes tarhonya, Tojásos gyufatészta, Vöröshagyma	96,64kcal	2,20g	3,35g	12,98g	0,52g	1,00g	0,59g
<b>Alma</b> Összetétel: Alma/Idared	37,20kcal	0,48g	0,00g	8,40g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Baromfi párizsi</b> Összetétel: Baromfi párizsi	85,60kcal	4,12g	7,40g	0,64g	0,00g	0,84g	2,56g
<b>Bazsalikomos paradicsomleves</b> Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', S rített paradicsom 'Tartósítószermentes', Tojásmentes rizsszem, Tojásos betészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	162,56kcal	4,01g	2,61g	30,47g	18,58g	0,96g	0,31g
<b>Befőtt 'Öszibarack'</b> Összetétel: Befőtt 'szibarack, felezett'	43,20kcal	0,36g	0,02g	11,64g	10,60g	0,02g	0,01g
<b>Budapest szelet</b> Összetétel: Csemege paprika, Csirkemáj, Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. pritamin paprika, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Lecsó (natúr 30%), Sertés karaj, Só 'jódozott', S rített paradicsom 'Tartósítószermentes', Vöröshagyma	205,58kcal	22,56g	10,89g	3,06g	0,88g	0,83g	0,32g
<b>Bulgur</b> Összetétel: Bulgur, Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	316,80kcal	7,57g	7,21g	47,65g	1,92g	1,19g	0,93g
<b>Burgonyagombóc leves</b> Összetétel: Csemege paprika, Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. nudli, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Lecsó (natúr 30%), Magyaros levesalap 'Knorr', Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	116,01kcal	2,98g	2,61g	15,31g	1,26g	1,27g	0,27g
<b>Burgonyapüré</b> Összetétel: Margarin Aro kocka, Só 'jódozott', Só 'jódozott', f z víz', Tej '2,8%', Tisztított burgonya	255,08kcal	6,64g	4,72g	42,23g	1,75g	0,80g	1,95g
<b>Céklasaláta</b> Összetétel: Céklasaláta	27,30kcal	0,78g	0,06g	6,19g	1,60g	1,60g	0,00g
<b>Chilisbab sertés hússal</b> Összetétel: Babérlevél, Bazsalikom, Csemege paprika, Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölthús alapíz 'Knorr', Kristálycukor, Marhaapróhús/ gulyáskocka, Marhahúsleves alap 'Knorr', Oregánó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', S rített paradicsom 'Tartósítószermentes', Szárazbab, Vöröshagyma	520,93kcal	32,02g	17,55g	55,41g	3,94g	0,72g	0,31g
<b>Csemege szalámi</b> Összetétel: Csemege szalámi	104,80kcal	3,60g	10,00g	0,00g	0,00g	0,84g	4,20g
<b>Csemege uborka</b> Összetétel: Csemege uborka	5,28kcal	0,23g	0,03g	1,00g	0,00g	1,52g	0,00g
<b>Csirke pörkölt</b> Összetétel: Csemege paprika, Csirkecomb fels 'csontos', Csirkecomb fels filé, Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Lecsó (natúr 30%), rölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	187,71kcal	20,85g	8,31g	6,11g	0,78g	0,65g	0,37g

# Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'B'

Id szak: 2021.05.01.-től 2021.05.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Csirkemájás sertésragu</b> Összetétel: Csemege paprika, Csirkemáj, Étélízésítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Leccsó (natúr 30%), Majoranna, rólt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	218,93kcal	15,32g	15,07g	4,18g	0,38g	0,78g	0,21g
<b>Csirkemell sonka</b> Összetétel: Csirkemell sonka (Fincsik,Ahida)	50,40kcal	6,40g	2,40g	0,80g	0,48g	0,96g	0,84g
<b>Daragaluskaleves</b> Összetétel: Búzadara, Csontleves alap sószegény 'Knorr', Étélízésítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér csík, Fagy. karalábé, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, rólt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	184,72kcal	5,25g	4,97g	28,29g	1,11g	1,02g	0,67g
<b>Diákcsemege szalámi</b> Összetétel: Diákcsemege szalámi	99,40kcal	3,60g	9,40g	0,10g	0,10g	0,80g	3,80g
<b>Diós kifli</b> Összetétel: Búrkifli 'Diós' 50g, Búrkifli 'Diós' 70g	291,20kcal	5,60g	11,20g	42,70g	2,80g	0,14g	0,00g
<b>Diós metélt</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', f z víz', Tojásmentes metélttészta	308,63kcal	8,54g	7,42g	51,87g	2,80g	0,37g	0,91g
<b>Diós porcukor</b> Összetétel: Dióbél, Porcukor	256,20kcal	5,58g	17,10g	18,51g	15,00g	0,00g	0,00g
<b>Eperleves</b> Összetétel: Citrom, Citromlé 40%, Fagy. eper, Fahéj, Finomliszt BL55, F z tejszín 10%, Kristálycukor, Puding porok, Só 'jódozott', Szegf szeg	110,94kcal	1,51g	0,42g	24,41g	13,31g	0,21g	0,20g
<b>Fahéjas csiga</b> Összetétel: Fahéjas csiga 50g, Fahéjas csiga 70g	275,80kcal	3,78g	10,78g	40,53g	13,79g	0,49g	5,46g
<b>Fahéjas szilvaleves</b> Összetétel: Citrom, Fagy. szilva, Fahéj, Finomliszt BL55, F z tejszín 10%, Kristálycukor, Puding porok, Só 'jódozott', Szegf szeg	128,13kcal	1,32g	0,66g	28,38g	21,96g	0,20g	0,28g
<b>Fatörzskifli</b> Összetétel: Fatörzskifli	180,12kcal	4,33g	3,59g	31,46g	6,16g	0,40g	1,82g
<b>Fejeskáposzta-saláta</b> Összetétel: Ételecet 10%, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	47,08kcal	1,31g	0,18g	9,78g	5,00g	0,45g	0,01g
<b>Fejeskáposzta-saláta</b> Összetétel: Káposztasaláta	34,48kcal	1,04g	0,21g	5,69g	1,33g	1,52g	0,02g
<b>Fonottka</b> Összetétel: Fonottka 50g	195,00kcal	4,20g	4,35g	34,00g	4,50g	0,41g	1,95g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: Iskola 'B'**

**Id szak: 2021.05.01.-től 2021.05.31.-ig**

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>F zött kakaó</b> Összetétel: Kakaópor 22%, Kristálycukor, Tej '2,8%'	168,91kcal	6,90g	6,51g	19,99g	19,66g	0,21g	3,96g
<b>Frankfurti leves virslivel</b> Összetétel: Csemege paprika, Csontleves alap sószegény 'Knorr', Étélizésítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. levestörség, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Húsmester virsli, Kelkáposzta, Köménymag, Magyaros levesalap 'Knorr', Majoranna, rölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	238,31kcal	3,81g	14,75g	14,41g	0,84g	1,50g	1,44g
<b>Galuska</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. galuska, Só 'jódozott, f z víz'	399,70kcal	26,40g	10,30g	94,60g	0,00g	0,59g	1,00g
<b>Gyümölcs tea 'Eper-csipkebogyó'</b> Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres 'Gastfood', Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
<b>Gyümölcs tea 'Erdei gyümölcs'</b> Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres 'Gastfood', Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
<b>Gyümölcs tea 'Meggy'</b> Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres 'Gastfood', Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
<b>Gyümölcsleves</b> Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fagy. meggy, Fagy. ribizli, Fahéj, Finomliszt BL55, F z tejszín 10%, Kristálycukor, Puding porok, Só 'jódozott', Szegf szeg	140,96kcal	1,72g	0,73g	31,32g	20,53g	0,21g	0,20g
<b>Gyümölcsös krémjoghurt</b> Összetétel: Gyümölcsös krémjoghurt 125g	125,00kcal	4,12g	4,00g	17,50g	16,25g	0,23g	2,75g
<b>Hagymás burgonya</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', rölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, f z víz', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	253,09kcal	5,64g	5,27g	41,61g	0,51g	0,74g	0,51g
<b>Halpaprikás</b> Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Halászlé s rítvány, Halfilé 'Pangasius', rölt fekete bors, Só 'jódozott', S rített paradicsom 'Tartósítószermentes', Tejföl '12%', Vöröshagyma	100,35kcal	11,16g	4,03g	4,53g	1,40g	1,65g	0,51g
<b>Házi körözött</b> Összetétel: Csemege paprika, Köménymag, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Túró 'Tehén' félzsíros 5/1, Vöröshagyma	56,11kcal	5,85g	2,74g	1,61g	0,04g	0,27g	0,00g
<b>Hentes tokány</b> Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, F tt füstölt tarja/Mecom, Füstölt szalonna, Leccsó (natúr 30%), rölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	283,44kcal	14,45g	22,88g	3,13g	0,23g	1,22g	1,17g
<b>Hosszú zsemle</b> Összetétel: Hosszú zsemle	136,21kcal	4,08g	0,53g	27,77g	0,16g	0,64g	0,32g
<b>Húsgombóclevés</b> Összetétel: Babérlevél, Citromlé 40%, Csontleves alap sószegény 'Knorr', Étélizésítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér csik, Fagy. karalábé, Fagy. levestörség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás, Tojáspor(teljes), Vöröshagyma	254,08kcal	12,42g	16,08g	13,11g	1,00g	1,08g	0,37g

# Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'B'

Id szak: 2021.05.01.-től 2021.05.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Húsos tarhonya</b> Összetétel: Csemege paprika, Étélizésító só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Leleszó (natúr 30%), Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	567,39kcal	23,01g	24,61g	60,81g	3,27g	2,04g	0,82g
<b>Húsos-paradicsomos rakott tészta</b> Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt tarja/Mecom, Kristálycukor, Oregánó, Sajt 'Trappista' 'reszelt', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Só 'jódozott, f z víz', Sűrített paradicsom 'Tartósítószermentes', Tej '2,8%', Tejföl '12%', Tojásmentes penne, Vöröshagyma	606,43kcal	27,06g	23,12g	71,11g	6,88g	1,75g	4,40g
<b>Joghurt</b> Összetétel: Joghurt natúr	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,15g	3,60g
<b>Kakaós csiga</b> Összetétel: Kakaós csiga 50g, Kakaós csiga 70g	292,60kcal	3,78g	14,63g	35,49g	12,53g	0,49g	7,35g
<b>Kalácska</b> Összetétel: Kalácska 50g, Kalácska 60g	208,20kcal	5,04g	4,50g	36,00g	5,40g	0,42g	2,28g
<b>Karamellás tej</b> Összetétel: Kristálycukor, Tej '2,8%'	165,60kcal	6,30g	5,88g	21,66g	21,66g	0,21g	3,57g
<b>Karfiollevés</b> Összetétel: Csontleves alap sószegény 'Knorr', Étélizésító só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos rizsszem, Vöröshagyma	60,17kcal	2,20g	2,41g	6,91g	2,10g	0,95g	0,28g
<b>Ken májas</b> Összetétel: Ken májas	107,20kcal	4,00g	9,60g	1,16g	0,52g	0,88g	3,92g
<b>Kenyér 'Félbarna'</b> Összetétel: Félbarna kenyér 1kg	160,20kcal	5,34g	0,60g	33,36g	0,78g	0,84g	0,06g
<b>Kenyér 'Kukoricás'</b> Összetétel: Kukoricás kenyér	151,80kcal	4,38g	0,48g	31,50g	0,12g	0,90g	0,24g
<b>Kenyér 'Magvas'</b> Összetétel: Magvas kenyér	152,40kcal	4,92g	2,16g	28,32g	0,18g	0,78g	0,48g
<b>Kenyér 'Rozs'</b> Összetétel: Rozskenyér 1kg	150,00kcal	4,08g	0,48g	31,80g	0,30g	0,90g	0,06g
<b>Kenyér 'Teljes kiőrlés'</b> Összetétel: Teljes kiőrlés kenyér 1kg	53,76kcal	2,09g	0,24g	10,82g	0,14g	0,34g	0,10g
<b>Kenyér 'Teljes kiőrlés'</b> Összetétel: Teljes kiőrlés kenyér 1kg	67,20kcal	2,61g	0,30g	13,53g	0,18g	0,42g	0,12g



## Étlap melléklet

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

**Étlap: Iskola 'B'**

**Id szak: 2021.05.01.-től 2021.05.31.-ig**

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Kenyér 'Teljes kiőrlés'</b> Összetétel: Teljes kiőrlés kenyér 1kg	134,40kcal	5,22g	0,60g	27,06g	0,36g	0,84g	0,24g
<b>Ketchup</b> Összetétel: Ketchup	20,90kcal	0,07g	0,00g	1,13g	0,86g	0,16g	0,00g
<b>Kígyóuborka</b> Összetétel: Kígyó uborka	6,00kcal	0,50g	0,05g	0,85g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Kockasajt</b> Összetétel: Kockasajt(natúr)/Sajtmester	93,00kcal	3,20g	7,00g	4,26g	0,00g	1,24g	4,50g
<b>Kukoricás rizs</b> Összetétel: Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott'	250,72kcal	6,58g	6,78g	60,61g	0,92g	1,19g	0,74g
<b>Lapkasajt</b> Összetétel: Lapkasajt/Ammerrland	155,50kcal	13,00g	11,50g	0,00g	0,00g	1,00g	7,50g
<b>Lekvár</b> Összetétel: Lekvár(sárgabarack)	61,50kcal	0,09g	0,03g	15,05g	15,00g	0,03g	0,00g
<b>Magyaros burgonyaleves</b> Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Füstölt kolbász, Lecsó (natúr 30%), Magyaros levesalap 'Knorr', rölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	274,49kcal	8,60g	16,74g	20,63g	0,65g	1,53g	4,44g
<b>Májgaluskaleves</b> Összetétel: Csontleves alap sószegény 'Knorr', Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Majoranna, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés máj, Só 'jódozott', Tojás, Tojáspor(teljes), Vöröshagyma	187,98kcal	13,09g	6,90g	17,41g	1,78g	1,11g	0,56g
<b>Mákos cukor</b> Összetétel: Mák, Mák, Porcukor	222,00kcal	3,60g	12,00g	23,40g	15,93g	0,01g	1,50g
<b>Mákos metélt</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, f z víz', Tojásmentes metélttészta	308,63kcal	8,54g	7,42g	51,87g	2,80g	0,37g	0,91g
<b>Margarin 'Delma'</b> Összetétel: Delma light margarin 500g	21,60kcal	0,00g	2,40g	0,24g	0,00g	0,10g	0,72g
<b>Margarin 'Liga'</b> Összetétel: Margarin Liga 500	21,60kcal	0,06g	2,40g	0,06g	0,06g	0,10g	0,72g
<b>Méz</b> Összetétel: Méz(vegyes virág)	45,00kcal	0,05g	0,00g	12,36g	12,32g	0,02g	0,00g

## Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'B'

Id szak: 2021.05.01.-től 2021.05.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Mogyorókrém</b> Összetétel: Nutella	60,75kcal	0,25g	3,75g	6,50g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Molnárka</b> Összetétel: Molnárka	174,90kcal	3,96g	3,91g	30,03g	4,95g	0,39g	2,04g
<b>Müzli szelet</b> Összetétel: Müzli szelet 20g	78,60kcal	0,94g	1,44g	15,20g	7,00g	0,02g	0,60g
<b>Paprikás sertés szelet</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, rőlt fekete bors, Sertés f szerkeverék 'Hügli', Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	201,19kcal	20,48g	10,99g	3,89g	0,29g	0,71g	0,36g
<b>Paradicsom</b> Összetétel: Paradicsom	11,50kcal	0,50g	0,10g	2,00g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Paradicsomleves bet tésztával</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', S rített paradicsom 'Tartósítószermentes', Tojásos bet tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	176,97kcal	4,14g	3,82g	31,21g	18,61g	0,97g	0,45g
<b>Párolt rizs</b> Összetétel: Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	243,55kcal	5,20g	6,69g	63,48g	0,22g	0,89g	0,70g
<b>Pince ragu</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Lecsó (natúr 30%), Majoranna, rőlt fekete bors, Sertés lapocka, Sertés máj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	235,03kcal	15,03g	16,19g	5,67g	1,31g	0,84g	0,33g
<b>Rakott karfiol</b> Összetétel: Csemege paprika, Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. karfiol, Finomliszt BL55, Fokhagyma, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Só 'jódozott', f z víz', Tej '2,8%', Tejföl '12%', Tojáspor(teljes), Vöröshagyma	363,64kcal	19,00g	19,86g	29,46g	6,51g	0,94g	0,96g
<b>Rántott halfilé</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Halfilé 'Pangasius', rőlt fekete bors, Só 'jódozott', Tojáspor(teljes)	257,27kcal	15,31g	8,42g	29,53g	0,62g	1,97g	1,04g
<b>Rántott sajt 'Mirelit'</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. panírozott sajt	210,24kcal	9,75g	10,78g	19,50g	0,75g	0,83g	0,03g
<b>Retek</b> Összetétel: Retek	15,00kcal	1,00g	0,00g	2,00g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Rizibizi</b> Összetétel: Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	244,63kcal	6,87g	5,90g	60,47g	2,26g	0,90g	0,63g
<b>Rizsleves</b> Összetétel: Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	63,16kcal	1,60g	2,22g	11,42g	1,76g	0,94g	0,24g

## Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'B'

Id szak: 2021.05.01.-től 2021.05.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Rozsos párna</b> Összetétel: Rozsos párna	169,68kcal	4,93g	2,74g	30,46g	0,45g	0,62g	0,50g
<b>Rúdvagdalt</b> Összetétel: Csemege paprika, Étélízest só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, rőlt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojás, Tojáspor(teljes), Vöröshagyma	225,75kcal	12,32g	15,72g	6,91g	0,70g	0,79g	0,26g
<b>Sajtkrém</b> Összetétel: Sajtkrém natúr	111,00kcal	3,90g	8,52g	4,80g	0,00g	1,05g	5,52g
<b>Sajtos pogácsa</b> Összetétel: Intézményi sajtos pogácsa 50g, Intézményi sajtos pogácsa 70g	270,90kcal	6,65g	9,94g	37,59g	1,26g	1,89g	4,97g
<b>Sárgaborsógulyás</b> Összetétel: Csemege paprika, Csontleves alap sószegény 'Knorr', Étélízest só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Magyaros levesalap 'Knorr', rőlt fekete bors, Sárgaborsó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojásos kiskagylótészta, Vöröshagyma	320,40kcal	17,62g	16,44g	23,23g	1,25g	0,93g	0,33g
<b>Sárgarépás káposztasaláta</b> Összetétel: Ételecet 10%, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tisztított sárgarépa	53,57kcal	1,16g	0,16g	11,29g	7,50g	0,50g	0,00g
<b>Sertéspörkölt</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamín paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Lecsó (natúr 30%), rőlt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', S rített paradicsom 'Tartósítószermentes', Vöröshagyma	323,16kcal	17,32g	25,60g	3,64g	1,04g	0,82g	0,33g
<b>Sertésraguleves</b> Összetétel: Csontleves alap sószegény 'Knorr', Étélízest só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka, Vöröshagyma	241,53kcal	12,87g	15,56g	10,66g	3,05g	0,94g	0,29g
<b>Spenót</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, rőlt fekete bors, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	169,94kcal	7,05g	5,98g	21,94g	6,76g	0,75g	1,42g
<b>Sült virsli</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Húsmester virsli	197,92kcal	1,04g	16,84g	1,04g	0,35g	1,31g	1,90g
<b>Szárnyas rizottó</b> Összetétel: Csirkecomb felső filé, Étélízest só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. mexikói zöldségköret, Fagy. pritamín paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Gomba friss, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Pulykacomb felső filé, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	521,05kcal	37,93g	20,14g	67,95g	1,76g	1,80g	1,02g
<b>Szárnyasgulyásleves</b> Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étélízest só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Lecsó (natúr 30%), Magyaros levesalap 'Knorr', rőlt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Tojásos csipetke, Vöröshagyma	188,61kcal	13,98g	7,43g	14,36g	1,06g	0,97g	0,26g
<b>Tarhonyaleves</b> Összetétel: Csemege paprika, Étélízest só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Lecsó (natúr 30%), Magyaros levesalap 'Knorr', rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	118,25kcal	2,70g	4,54g	14,99g	1,08g	1,12g	1,17g
<b>Tea 'Citromos'</b> Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teaf	36,54kcal	0,00g	0,00g	9,05g	9,04g	0,00g	0,00g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: Iskola 'B'**

**Id szak: 2021.05.01.-től 2021.05.31.-ig**

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Tea 'Csipkebogyó'</b> Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres 'Gastfood', Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
<b>Teavaj</b> Összetétel: Teavaj	86,76kcal	0,05g	9,84g	0,04g	0,00g	0,01g	6,84g
<b>Tej</b> Összetétel: Tej '2,8%', Tej UHT '1,5%'	110,00kcal	7,75g	3,75g	11,50g	11,50g	0,25g	2,25g
<b>Tejeskávé</b> Összetétel: Kristálycukor, Pótkávé, Tej '2,8%'	186,40kcal	7,40g	6,53g	23,88g	20,58g	0,25g	3,93g
<b>Teljes kiőrlés zsemle</b> Összetétel: Zsemle 'Teljes Kiőrlés ' 50g	126,50kcal	4,30g	0,60g	24,25g	0,00g	0,60g	0,35g
<b>Tojáskrém</b> Összetétel: Margarin Aro kocka, Mustár, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás f zött darabolt	94,20kcal	3,92g	7,36g	0,59g	0,13g	0,47g	2,57g
<b>Tökf zelék</b> Összetétel: Ételecet 10%, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fagy. tök, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	153,69kcal	3,64g	4,95g	22,33g	10,97g	0,71g	0,46g
<b>Törtburgonya</b> Összetétel: Étélizésit só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', rölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, f z víz', Tisztított burgonya	300,54kcal	5,82g	9,89g	42,51g	0,13g	0,77g	1,00g
<b>Vadas aprópecsenye</b> Összetétel: Babérlevél, Citrom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	290,01kcal	14,26g	21,81g	7,21g	2,60g	0,77g	0,32g
<b>Vágott tojásleves</b> Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Ételecet 10%, Étélizésit só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Magyaros levesalap 'Knorr', rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojás, Tojás f zött,tiszt.(Capriovus), Tojáslé, Vöröshagyma	123,47kcal	6,05g	6,77g	5,73g	0,50g	1,06g	1,65g
<b>Vajkrém</b> Összetétel: Vajkrém(natúr) /St.Márto	48,20kcal	0,86g	4,40g	1,30g	0,05g	0,08g	0,00g
<b>Vegyes vágott</b> Összetétel: Vegyes vágott	40,80kcal	1,22g	0,23g	6,75g	1,60g	1,82g	0,03g
<b>Virslis</b> Összetétel: Húsmester virsli	159,96kcal	0,93g	13,14g	0,93g	0,31g	1,18g	1,49g
<b>Zöldborsóf zelék</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	296,11kcal	13,96g	5,39g	45,47g	23,68g	0,61g	1,74g

# Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'B'

Id szak: 2021.05.01.-től 2021.05.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Zöldborsóleves</b> Összetétel: Csontleves alap sószegény 'Knorr', Étélizésítősó mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, rőt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka, Vöröshagyma	81,90kcal	3,73g	2,42g	10,51g	3,34g	0,94g	0,30g
<b>Zöldfészes halpástétom</b> Összetétel: Zöldfészes halpástétom 130g	133,60kcal	3,48g	12,16g	2,36g	0,08g	0,52g	1,64g
<b>Zöldtea-citrusos</b> Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres 'Gastfood', Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
<b>Zsemle</b> Összetétel: Vizes zsemle	140,45kcal	4,24g	0,53g	28,67g	0,16g	0,64g	0,32g