

HÉTFŐ 2024.06.03.		KEDD 2024.06.04.		SZERDA 2024.06.05. Húsmentes nap		CSÜTÖRTÖK 2024.06.06.		PÉNTEK 2024.06.07.			
Tízórai		Ebéd A		Uzsonna		Csokoládé fűzű tej (2)*; Kifli (1, 2)*;		Tárkonyos sertésragu leves (1, 3, 5)*; Metélt tészta (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*;		Diákosemege szalámi; Liga Margarín; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma;	
EN=267,89kcal FH=11,28g ZS=4,93g SZH=44,14g CK=13,13g SO=0,72g TZS=2,85g		EN=779,89kcal FH=25,10g ZS=38,34g SZH=87,21g CK=20,50g SO=0,81g TZS=2,64g		EN=292,60kcal FH=9,36g ZS=12,40g SZH=45,67g CK=0,52g SO=1,74g TZS=4,76g		EN=275,10kcal FH=10,16g ZS=9,40g SZH=37,19g CK=9,66g SO=1,74g TZS=3,36g		EN=866,72kcal FH=30,94g ZS=37,59g SZH=94,51g CK=7,53g SO=1,67g TZS=2,86g		EN=320,60kcal FH=5,60g ZS=20,72g SZH=27,09g CK=1,19g SO=1,33g TZS=10,43g	
Meggyes gyümölcs Tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarín; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Tarhonyaleves (1, 5)*; Zöldborsós aprópecsenye (1, 5)*; Kuszkus (1, 5)*; Alma;		Sajtos szál (1, 2)*;		Limonádé; Teavaj (2)*; Félbarna kenyér (1)*;		Szárazbableves (1, 5)*; Teiberizs (2)*; Kakaós cukor (1, 4, 13)*; Alma; Félbarna kenyér (1)*;		Paradicsomos halpástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	
EN=288,96kcal FH=5,39g ZS=10,44g SZH=42,90g CK=10,18g SO=0,85g TZS=6,80g		EN=768,10kcal FH=28,98g ZS=9,10g SZH=160,34g CK=45,77g SO=1,37g TZS=3,67g		EN=288,80kcal FH=8,78g ZS=12,80g SZH=29,58g CK=0,44g SO=1,38g TZS=1,89g		Tejescávé ízű tej (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;		Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Vadas aprópecsenye (1, 2, 5, 11)*; Cső tészta (1)*;		Sonnakrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;	
EN=301,02kcal FH=11,41g ZS=7,47g SZH=46,24g CK=15,88g SO=0,62g TZS=4,17g		EN=855,52kcal FH=30,93g ZS=34,74g SZH=100,91g CK=6,72g SO=1,20g TZS=1,83g		EN=229,60kcal FH=9,29g ZS=4,70g SZH=37,41g CK=0,94g SO=1,80g TZS=0,34g		Erdői gyümölcs tea; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Mediterrán csirkeapró (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Petrezselymes rizs (5)*; Alma;		Csokis-Banános Piskóta (1, 2, 3, 4, 6)*;	
EN=288,80kcal FH=8,55g ZS=7,70g SZH=40,52g CK=9,40g SO=1,72g TZS=4,84g		EN=822,91kcal FH=43,64g ZS=27,84g SZH=116,13g CK=8,97g SO=1,60g TZS=1,82g		EN=235,40kcal FH=2,69g ZS=11,00g SZH=31,35g CK=1,870g SO=0,49g TZS=6,05g							

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



**SULL - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Kengyelgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-015  
E-mail: mail@sull-host.hu

**Étlap név:**  
**Iskola 'A'**

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO= só; TZS=Telített zsír; (\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földmogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhítószer  
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

**Sull-Host**  
**Étkeztetési**  
**Rendszer 3.0**

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<b>HÉTFŐ</b> 2024.06.10.	Gyümölcsös krémmoghurt (1, 2)*; Fonottka (1, 2)*;	Felvidéki vegyes leves (1, 2, 3, 5, 11)*; Borsos tokány (1, 5)*; Bulgur (1, 5)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*;	Kenőmájás (1, 2, 4)*; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=272,50kcal FH=8, 17g ZS=5, 35g SZH=46, 40g CK=18, 15g SÓ=0, 73g TZS=3, 45g	EN=875, 86kcal FH=29, 28g ZS=39, 29g SZH=89, 77g CK=11, 92g SÓ=1, 57g TZS=2, 46g	EN=278, 90kcal FH=9, 84g ZS=10, 50g SZH=36, 52g CK=1, 30g SÓ=1, 72g TZS=3, 98g
<b>KEDD</b> 2024.06.11.	Tej (2)*; Gesztenyes párna (PP) (1, 2, 3, 6, 8)*;	Fokhagymakréml leves (1, 2, 5, 6)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Bolognai szósz; Makaróni (1)*; Sajt szórat (2)*; Alma;	Párizsikrém (1, 2, 4, 11)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
	EN=346, 60kcal FH=11, 49g ZS=13, 83g SZH=43, 53g CK=11, 75g SÓ=0, 74g TZS=7, 05g	EN=896, 94kcal FH=34, 61g ZS=38, 59g SZH=99, 65g CK=10, 14g SÓ=1, 71g TZS=4, 65g	EN=228, 34kcal FH=9, 51g ZS=8, 46g SZH=28, 48g CK=0, 39g SÓ=1, 71g TZS=2, 04g
<b>SZERDA</b> 2024.06.12.	Madártej ízű tej (2)*; Faltörzskifli (1, 2, 3)*;	Tápai legényfőgő leves (1, 2, 3, 5)*; Halrudacsokk panírozott (1, 3, 4, 5, 10, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Majonéz (3, 11)*; Alma;	Göcseji csirkemellsonka (4)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
	EN=322, 32kcal FH=12, 08g ZS=7, 38g SZH=50, 98g CK=17, 66g SÓ=0, 65g TZS=4, 08g	EN=800, 25kcal FH=36, 80g ZS=29, 27g SZH=90, 67g CK=4, 23g SÓ=2, 57g TZS=2, 30g	EN=200, 80kcal FH=11, 68g ZS=5, 00g SZH=27, 48g CK=0, 58g SÓ=1, 30g TZS=1, 64g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2024.06.13.	Meggyes gyümölcs Tea; Vaníliás krémturó (1, 2, 13)*; Félbarna kenyér (1)*;	Zöldsegleves (1, 3, 5)*; Húsos lecsó; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=266, 53kcal FH=11, 16g ZS=3, 08g SZH=47, 77g CK=13, 40g SÓ=0, 84g TZS=0, 08g	EN=790, 93kcal FH=28, 81g ZS=31, 44g SZH=111, 83g CK=13, 39g SÓ=4, 50g TZS=1, 22g	EN=264, 60kcal FH=11, 00g ZS=9, 80g SZH=34, 14g CK=1, 04g SÓ=1, 82g TZS=3, 18g
<b>PÉNTEK</b> 2024.06.14.	Limonádé; Kakaós csiga (1, 2)*;	Csorbaleves (1, 2, 5, 6)*; Sajtos korong (1, 2, 3, 4, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Alma befőtt;	Zöldfűszeres halpástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
	EN=317, 80kcal FH=4, 13g ZS=13, 65g SZH=42, 47g CK=22, 28g SÓ=0, 66g TZS=6, 89g	EN=781, 15kcal FH=27, 67g ZS=33, 41g SZH=131, 19g CK=14, 28g SÓ=2, 75g TZS=6, 81g	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, Kenyérégetári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-015  
E-mail: [mand@sulihost.hu](mailto:mand@sulihost.hu)

**Étlap név:**  
**Iskola 'A'**

Tápanyagtartalom: EN=Számlított 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=Raktétel; 11=Múslár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfű; 15=Édeslőszer; 16=Pinateszték  
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

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

HÉTFŐ 2024.06.17.		KEDD 2024.06.18.		SZERDA 2024.06.19. Húsmentes nap		CSÜTÖRTÖK 2024.06.20.		PÉNTEK 2024.06.21.	
Tízórai Tej (2)*; Magyaros vajkrém (2)*; Teljes kiőrlésű egyenes kifli (1)*;		Ebéd A Paradicsomleves betűléstával (1, 3, 5)*; Mexikói sertésragu (1, 5)*; Párolt rizs (5)*;		Uzsonna Mogyorókrém (2, 6, 8)*; Fonott kalács (1, 2, 3)*; Alma;		Tej (2)*; Magyaros vajkrém (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Csiszolt rizs (1, 2)*; Csipkebogyó tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4)*; Ketchup;	
EN=283,10kcal FH=12,60g ZS=8,95g SZH=36,50g CK=12,10g SÓ=1,01g TZS=5,72g		EN=771,21kcal FH=24,82g ZS=36,60g SZH=103,12g CK=21,17g SÓ=1,36g TZS=2,02g		EN=303,01kcal FH=9,03g ZS=9,79g SZH=39,33g CK=10,21g SÓ=1,59g TZS=3,20g		EN=324,85kcal FH=11,28g ZS=4,95g SZH=57,61g CK=35,04g SÓ=0,24g TZS=2,81g		EN=281,152kcal FH=6,43g ZS=8,69g SZH=43,19g CK=16,72g SÓ=0,43g TZS=6,11g	
Lencseleves sertéshússal (1, 2, 5, 11)*; Csirke nuggets (1, 2, 3, 4, 11)*; Vajlas fokhagymás törtburgonya (2, 4)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Napraforgómagos vajkrém (2, 6, 8, 12, 13)*; Kifli (1, 2)*; Kigyóborka;		Limonádé; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Hargitai burgonyaleves (1, 2, 5)*; Pita minos sajtfeljutt (1, 2, 3)*; Zöldborsófőzelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;		Túró Rudi (2, 4, 6, 8)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	
EN=840,41kcal FH=35,62g ZS=31,65g SZH=96,17g CK=2,52g SÓ=2,40g TZS=4,41g		EN=184,54kcal FH=5,03g ZS=5,87g SZH=27,03g CK=1,68g SÓ=0,55g TZS=0,60g		EN=796,32kcal FH=37,77g ZS=20,76g SZH=108,62g CK=27,77g SÓ=2,35g TZS=9,24g		EN=820,08kcal FH=40,24g ZS=34,40g SZH=75,71g CK=8,47g SÓ=2,12g TZS=3,88g		EN=286,60kcal FH=9,00g ZS=13,00g SZH=33,42g CK=0,84g SÓ=1,78g TZS=4,98g	
Koraiandres karfiolkrem leves (2, 5)*; Pirított tök (6, 8, 12, 13)*; Pásztor bulgur csirkével, kolbásszal (1, 4, 5)*; Uborkasaláta;		Csemege szalámi; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;		Tej (2)*; Rozsos párna (1, 12)*; Paradicsom;		Sertésraguleves (1, 3, 5)*; Barackos háromszög (1, 2)*;		Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Sárgarépa;	
EN=255,20kcal FH=10,68g ZS=9,50g SZH=31,77g CK=3,12g SÓ=1,74g TZS=3,30g		EN=255,20kcal FH=10,68g ZS=9,50g SZH=31,77g CK=3,12g SÓ=1,74g TZS=3,30g		EN=267,94kcal FH=5,48g ZS=12,68g SZH=32,50g CK=0,45g SÓ=0,62g TZS=7,34g		EN=267,94kcal FH=5,48g ZS=12,68g SZH=32,50g CK=0,45g SÓ=0,62g TZS=7,34g		EN=286,60kcal FH=9,00g ZS=13,00g SZH=33,42g CK=0,84g SÓ=1,78g TZS=4,98g	

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



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

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

E-mail: [mail@sulli-host.hu](mailto:mail@sulli-host.hu)

**Étlap név:**  
**Iskola 'A'**

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só; TZS=Telített zsírsav; (\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Ráktelék; 11=Mustár; 12=Szén-dioxid; 14=Csillogítószer; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestek

**Sulli-Host**  
**Étkeztetési**  
**Rendszer 3.0**

HÉTFŐ 2024.06.24.		KEDD 2024.06.25.		SZERDA 2024.06.26.		CSÜTÖRTÖK 2024.06.27.		PÉNTEK 2024.06.28.			
Tízórai		Ebéd A		Uzsonna		Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarini; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Paradicsom;		Husgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Rántott csirkemell mirelit (1, 2, 3)*; Kukoricás rizs (5)*; Majonéz (3, 11)*;		Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Fonottka (1, 2)*;	
EN=290,20kcal FH=1,46g ZS=9,90g SZH=39,30g CK=9,66g SO=1,82g Tzs=3,36g		EN=810,65kcal FH=33,94g ZS=38,47g SZH=99,37g CK=7,63g SO=2,92g Tzs=2,15g		EN=272,50kcal FH=8,17g ZS=5,35g SZH=46,40g CK=16,15g SO=0,73g Tzs=3,45g		Eper ízű tej (2)*; Liga Margarini; Kifli (1, 2)*;		Bakonyi szárnyszerű leves (1, 2, 3, 5)*; Csíkos tokány (1, 2, 5)*; Tórtburgonya (5)*;		Párizsikrém (1, 2, 4, 11)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Kigyóuborka;	
EN=289,74kcal FH=1,34g ZS=7,31g SZH=42,47g CK=13,19g SO=0,82g Tzs=3,57g		EN=872,38kcal FH=39,76g ZS=48,06g SZH=62,21g CK=2,25g SO=1,51g Tzs=3,18g		EN=234,34kcal FH=1,01g ZS=8,51g SZH=29,33g CK=0,39g SO=1,71g Tzs=2,04g		Csipkebogyó tea; Teavaj (2)*; Rozsos párna (1, 12)*; Kigyóuborka;		Reszelt tésztalevés (1, 3, 5)*; Halpaprikás (1, 2, 5, 9)*; Galuska (1, 3)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Sajtos pogácsa (1, 2)*; Alma;	
EN=302,34kcal FH=5,56g ZS=12,63g SZH=40,81g CK=9,48g SO=0,62g Tzs=7,34g		EN=703,53kcal FH=44,23g ZS=18,55g SZH=134,33g CK=2,30g SO=2,67g Tzs=2,09g		EN=308,10kcal FH=7,13g ZS=9,94g SZH=45,99g CK=1,26g SO=1,69g Tzs=4,97g		Limonádé; Kockasajt (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Alföldi leves (1, 3, 5)*; Mézes-mustáros csirke csíkok (1, 5, 11)*; Kuszkus (1, 5)*; Alma;		Kenőmájás (1, 2, 4)*; Félbarna kenyér (1)*;	
EN=269,40kcal FH=8,42g ZS=7,60g SZH=40,82g CK=9,76g SO=2,08g Tzs=4,74g		EN=775,03kcal FH=36,81g ZS=21,73g SZH=103,17g CK=11,09g SO=6,09g Tzs=2,18g		EN=267,40kcal FH=9,34g ZS=10,20g SZH=34,52g CK=1,30g SO=1,72g Tzs=3,98g		Tiramisu ízű tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;		Brokkolirémleves gyöngyagylóval (1, 2, 3, 5, 6)*; Olaszos rakott tészta (1, 2)*;		Gyümölcsös keksz 'Teljes kiőrlésű' (1, 2)*; Alma;	
EN=321,74kcal FH=12,08g ZS=7,34g SZH=50,97g CK=17,66g SO=0,65g Tzs=4,07g		EN=836,78kcal FH=47,44g ZS=24,82g SZH=102,57g CK=9,33g SO=1,62g Tzs=6,43g		EN=228,80kcal FH=4,08g ZS=8,80g SZH=31,60g CK=0,00g SO=0,40g Tzs=0,00g		EN=321,74kcal FH=12,08g ZS=7,34g SZH=50,97g CK=17,66g SO=0,65g Tzs=4,07g		EN=836,78kcal FH=47,44g ZS=24,82g SZH=102,57g CK=9,33g SO=1,62g Tzs=6,43g		EN=228,80kcal FH=4,08g ZS=8,80g SZH=31,60g CK=0,00g SO=0,40g Tzs=0,00g	

**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](mailto:mail@suli-host.hu)

**Étlap név:**  
**Iskola 'A'**

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO= só; Tzs=Telített zsír; (\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Ördöggyök; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesfűszek; 16=Puhatestűek  
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

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

# Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2024.06.03.-tól 2024.06.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alföldileves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos gyufa tészta, Vöröshagyma	147,01kcal	4,01g	3,72g	22,98g	0,80g	5,10g	0,66g
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	37,20kcal	0,48g	0,00g	8,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma befőtt Összetétel: Alma befőtt	68,00kcal	0,00g	0,00g	62,40g	10,56g	0,00g	0,00g
Bakonyi szárnyasragu leves Összetétel: Csemege paprika, Csirkemáj, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felso csirkecomb filé, Fokhagyma, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	195,10kcal	16,13g	7,00g	16,12g	1,57g	0,49g	0,43g
Barackos háromszög Összetétel: Fagy. barackos háromszög 70g	565,60kcal	7,70g	20,30g	86,52g	33,32g	0,70g	9,24g
Bolognai szósz Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Oregánó, Orölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes surított paradicsom, Vöröshagyma	281,92kcal	15,07g	20,68g	7,02g	4,57g	0,56g	0,70g
Borsos tokány Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Orölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	305,78kcal	16,26g	24,32g	3,39g	0,47g	0,40g	0,31g
Brokkolikréml leves gyöngyagylóval Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Orölt fekete bors, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	152,98kcal	5,56g	3,37g	23,43g	1,80g	0,51g	0,32g
Bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	341,67kcal	7,57g	9,97g	47,65g	1,92g	0,60g	1,23g
Burgonyapüré Összetétel: Aro margarin, Burgonya, Só 'jódozott', Só 'jódozott, fozovíz', Tej '1,5%'	305,70kcal	7,30g	8,94g	44,62g	2,30g	0,47g	3,70g
Csemege szalámi Összetétel: Csemege szalámi	104,80kcal	3,60g	10,00g	0,00g	0,00g	0,84g	4,20g
Csikis tokány Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Orölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	360,16kcal	17,81g	29,32g	3,59g	0,55g	0,63g	1,54g
Csipkebogyó tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Csirke nuggets Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Csirke nuggets	205,06kcal	8,80g	10,43g	18,40g	0,00g	1,20g	3,13g
Csokis-Banános Piskóta Összetétel: 8 KEK Piskóta - Banános	235,40kcal	2,70g	11,00g	31,35g	18,70g	0,50g	6,05g
Csokoládé ízű tej Összetétel: Gf instant csokoládé ízű tejizésítő, Tej '1,5%'	141,04kcal	7,75g	3,77g	19,38g	11,50g	0,25g	2,25g
Csorbaleves Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Lestyán, Orölt fekete bors, Savanyú káposzta, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes surított paradicsom, Tejföl '12%', Vöröshagyma	213,01kcal	10,77g	14,51g	8,17g	1,40g	0,84g	0,19g
Cső tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, fozovíz', Tojásmentes cső tészta	318,24kcal	9,15g	6,57g	55,58g	3,00g	0,21g	0,83g

# Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2024.06.03.-tól 2024.06.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Daragaluskaleves</b> Összetétel: Búzadara, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	204,00kcal	5,83g	5,08g	32,14g	1,10g	0,57g	0,69g
<b>Diákcsemege szalámi</b> Összetétel: Diákcsemege szalámi	99,40kcal	3,60g	9,40g	0,10g	0,10g	0,80g	3,80g
<b>Eper ízű tej</b> Összetétel: Gf instant eper ízű tejesítő, Tej '1,5%'	141,29kcal	7,75g	3,75g	17,64g	11,50g	0,25g	2,25g
<b>Eper-csipkebogyó gyümölcs tea</b> Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcsstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
<b>Erdei gyümölcs tea</b> Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcsstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
<b>Fatörzskifli</b> Összetétel: Fatörzskifli 57g	180,12kcal	4,33g	3,59g	31,46g	6,16g	0,40g	1,82g
<b>Félbarna kenyér</b> Összetétel: Félbarna kenyér	80,10kcal	2,67g	0,30g	16,68g	0,39g	0,42g	0,03g
<b>Félbarna kenyér</b> Összetétel: Félbarna kenyér	160,20kcal	5,34g	0,60g	33,36g	0,78g	0,84g	0,06g
<b>Felvidéki vegyes leves</b> Összetétel: 10%-os ételectet, Burgonya, Csemege paprika, Csemege uborka, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos kiskocka tészta, Vöröshagyma	149,81kcal	4,51g	3,56g	23,53g	2,53g	0,56g	0,32g
<b>Fokhagymakrémleves</b> Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. metélohagyma, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Vöröshagyma	140,38kcal	4,33g	2,81g	23,81g	1,87g	0,45g	0,14g
<b>Fonott kalács</b> Összetétel: Fonott kalács, Fonott kalács	217,80kcal	5,02g	4,82g	37,49g	6,27g	0,46g	2,38g
<b>Fonotkka</b> Összetétel: Fonotkka 50g	147,50kcal	4,05g	1,35g	28,90g	1,90g	0,50g	0,70g
<b>Galuska</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. galuska, Só 'jódozott, fozovíz'	406,90kcal	27,00g	10,33g	96,75g	0,00g	0,41g	1,00g
<b>Gesztenyés párna (PP)</b> Összetétel: Fagy. gesztenyés párna 50 g , Fagy. gesztenyés rúd 70 g	236,60kcal	3,99g	10,08g	31,78g	0,00g	0,42g	4,55g
<b>Gócseji csirkemellsonka</b> Összetétel: Felvágott- Gócseji csirkemellsonka szeletelt	44,80kcal	6,40g	2,00g	0,36g	0,16g	0,96g	0,68g
<b>Gyümölcsös keksz 'Teljes kiőrlésű'</b> Összetétel: Teljes kiőrlésű gyümölcsös keksz	191,60kcal	3,60g	8,80g	23,20g	0,00g	0,40g	0,00g
<b>Gyümölcsös krémsajoghurt</b> Összetétel: Gyümölcsös krémsajoghurt 125g	125,00kcal	4,12g	4,00g	17,50g	16,25g	0,23g	2,75g
<b>Halpaprikás</b> Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Halászlé surítmény, Orölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Tartósítószermentes surított paradicsom, Tejföl '12%', Vöröshagyma	128,90kcal	11,87g	4,56g	9,61g	1,40g	1,39g	0,56g

# Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2024.06.03.-tól 2024.06.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Halrudacsok panírozott Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Halrudacska panírozott	205,67kcal	11,16g	9,10g	19,26g	0,00g	1,15g	0,78g
Hargítai burgonyaleves Összetétel: Borsikafű, Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Natúr 30%-os lecsó, Orölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma, Zeller zöld	143,37kcal	3,75g	3,70g	21,90g	1,40g	0,54g	0,28g
Hot-Dog Összetétel: Hosszú zsemle53g, Virsli Pulyka Gallicoop	242,21kcal	8,88g	9,73g	28,73g	0,32g	1,44g	3,20g
Húsgombóclevés Összetétel: Babérlevél, Citromlé 40%, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojáspor, Vöröshagyma	283,46kcal	13,73g	17,33g	16,16g	0,99g	0,50g	0,37g
Húsos lecsó Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Kristálycukor, Natúr 30%-os lecsó, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	540,07kcal	21,20g	27,60g	66,28g	10,55g	3,50g	0,61g
Kakaós csiga Összetétel: Fagy. kakaós csiga 50g , Fagy. kakaós csiga 70g	275,80kcal	4,13g	13,65g	32,97g	12,88g	0,66g	6,86g
Kakaós cukor Összetétel: Kakaópor 22%, Porcukor	78,85kcal	1,00g	1,05g	15,55g	15,00g	0,00g	0,65g
Kenőmájas Összetétel: Kenőmájas	107,20kcal	4,00g	9,60g	1,16g	0,52g	0,88g	3,92g
Ketchup Összetétel: Ketchup	20,90kcal	0,07g	0,00g	1,13g	0,86g	0,16g	0,00g
Kifli Összetétel: Kifli 43g	126,85kcal	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
Korianderes karfiolkрем leves Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. karfiol, Fokhagyma, Koriander, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	98,60kcal	3,29g	4,57g	9,86g	2,37g	0,49g	0,26g
Kukoricás rizs Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott'	282,66kcal	7,05g	9,56g	61,80g	1,10g	0,60g	1,05g
Kuszkusz Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamín paprika, Kuszkusz, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	348,78kcal	9,67g	9,75g	53,25g	3,39g	0,60g	1,21g
Lencseleves sertéshússal Összetétel: 10%-os ételcezet, Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Lencse, Mustár, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	336,14kcal	18,30g	18,54g	21,75g	2,32g	0,48g	0,41g
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

# Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2024.06.03.-tól 2024.06.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Limonádé Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor	42,00kcal	0,00g	0,00g	9,50g	9,40g	0,00g	0,00g
Madártej ízű tej Összetétel: Gf instant madártej ízű tejesítő, Tej '1,5%'	142,20kcal	7,75g	3,77g	19,52g	11,50g	0,25g	2,25g
Magyaros vajkrém Összetétel: Magyaros vajkrém	48,60kcal	0,80g	4,60g	1,00g	0,00g	0,08g	2,92g
Májgaluskaleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Majoranna, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés máj, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	258,51kcal	16,87g	7,64g	29,32g	1,95g	0,80g	0,60g
Majonéz Összetétel: Majonéz	56,80kcal	0,16g	5,16g	2,40g	1,34g	0,32g	0,68g
Makaróni Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, fozovíz', Tojásmentes makaróni	300,34kcal	8,54g	6,50g	51,87g	2,80g	0,17g	0,81g
Mákos cukor Összetétel: Mák, Porcukor	222,00kcal	3,60g	12,00g	23,40g	15,93g	0,01g	1,50g
Mediterrán csirkeapró Összetétel: Ananász konzerv, Bazsalikom, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Felso csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Gyömbér, Kristálycukor, Oregánó, Sertés fuszkeverék, Só 'jódozott', Tartósítószermentes surított paradicsom, Vöröshagyma	255,04kcal	21,65g	8,02g	22,54g	6,64g	0,49g	0,35g
Meggyes gyümölcs Tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcsstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Metélt tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, fozovíz', Tojásmentes metélt tészta	300,34kcal	8,54g	6,50g	51,87g	2,80g	0,17g	0,81g
Mexikói sertésragu Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. mexikói zöldségköret, Finomliszt BL55, Orölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	329,52kcal	16,11g	21,04g	16,73g	2,26g	0,40g	0,30g
Mézes-mustáros csirke csíkok Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Felso csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Orölt fekete bors, Só 'jódozott', Vegyes virág méz, Vöröshagyma	242,04kcal	22,65g	8,26g	18,54g	6,91g	0,39g	0,31g
Mogyorókrém Összetétel: Mogyorókrém	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
Müzlis szelet Összetétel: Müzli szelet 20g	78,60kcal	0,94g	1,44g	15,20g	7,00g	0,02g	0,60g
Napraforgómagos vajkrém Összetétel: Napraforgómag hántolt, Natúr vajkrém	51,69kcal	1,00g	4,66g	1,41g	0,05g	0,08g	0,00g
Olaszos rakott tészta Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felso csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, Só 'jódozott', Só 'jódozott, fozovíz', Tartósítószermentes surított paradicsom, Tej '1,5%', Tejföl '12%', Tojásmentes penne, Trappista sajt, Vöröshagyma	683,80kcal	41,87g	21,45g	79,14g	7,53g	1,11g	6,10g
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	11,50kcal	0,50g	0,10g	2,00g	0,00g	0,00g	0,00g



# Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2024.06.03.-tól 2024.06.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Paradicsomleves betűtésztával Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes surított paradicsom, Tojásos betu tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	187,88kcal	4,15g	5,22g	30,81g	18,69g	0,52g	0,61g
Paradicsomos halpástétom Összetétel: Paradicsomos halpástétom	134,40kcal	3,56g	12,20g	2,52g	0,08g	0,52g	1,64g
Párizsikrém Összetétel: Mustár, Natúr vajkrém, Sertés párizsi, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	93,94kcal	4,29g	7,86g	1,42g	0,03g	0,87g	1,80g
Párolt rizs Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Orölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	253,81kcal	4,56g	10,34g	55,59g	0,22g	0,45g	1,10g
Pásztor bulgur csirkével, kolbásszal Összetétel: Bulgur, Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Felso csirkecomb filé, Fokhagyma, Füstölt kolbász, Kömény, Natúr 30%-os lecsó, Só 'jódozott', Vöröshagyma	563,54kcal	29,17g	19,63g	58,44g	1,10g	1,43g	3,62g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Só 'jódozott', fozóvíz'	285,01kcal	5,89g	8,06g	42,58g	0,17g	0,37g	0,80g
Petrezselymes rizs Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	272,16kcal	4,64g	12,18g	55,87g	0,39g	0,31g	1,31g
Pírtott tökmag Összetétel: Tökmag hántolt	124,60kcal	6,78g	10,10g	0,72g	0,00g	0,00g	0,00g
Pritaminos sajtelfűjt Összetétel: Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Sütőpor, Tojásfehérje lé, Tojássárgája lé, Trappista sajt	242,81kcal	15,49g	12,26g	16,22g	0,30g	1,02g	7,82g
Rántott csirkemell 'mirelit' Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Rántott csirkemell filé	187,73kcal	13,00g	6,41g	19,00g	4,20g	1,50g	0,05g
Reszelt tészta leves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	113,97kcal	3,27g	3,42g	17,15g	0,76g	0,54g	0,43g
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
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	194,43kcal	9,60g	9,96g	16,00g	0,00g	1,44g	2,92g
Sajtos pogácsa Összetétel: Sajtos pogácsa 50g, Sajtos pogácsa 70g	270,90kcal	6,65g	9,94g	37,59g	1,26g	1,89g	4,97g
Sajtos szál Összetétel: Sajtos rúd 50g, Sajtos rúd 70g	320,60kcal	5,60g	20,72g	27,09g	1,19g	1,33g	10,43g
Sárgarépa Összetétel: Sárgarépa	20,00kcal	0,60g	0,10g	4,05g	2,50g	0,00g	0,00g

# Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2024.06.03.-tól 2024.06.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sertés párizsi Összetétel: Sertés párizsi	79,20kcal	4,80g	6,40g	0,60g	0,20g	0,80g	2,40g
Sertésraguleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	315,82kcal	15,88g	17,40g	21,86g	3,81g	0,51g	0,42g
Sonkakrém Összetétel: Mecom Toast sonkás szelet, Natúr vajkrém	57,90kcal	3,45g	4,00g	2,05g	0,16g	0,76g	0,28g
Szárazbaleves Összetétel: 10%-os ételectet, Babérlevél, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Orölt fekete bors, Só 'jódozott', Szárazbab, Vöröshagyma	220,65kcal	11,07g	3,04g	35,68g	1,58g	0,50g	0,29g
Tápai legényfogyó leves Összetétel: Citromlé 40%, Csirkemáj, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Fozotejszín, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tárkony, Tejföl '12%', Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	215,56kcal	19,12g	6,95g	18,03g	2,72g	0,72g	0,64g
Tarhonyaleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	181,76kcal	4,70g	5,53g	26,61g	2,23g	0,71g	1,29g
Tárkonyos sertésragu leves Összetétel: Citromlé 40%, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tárkony, Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	257,51kcal	12,96g	16,84g	11,94g	1,77g	0,64g	0,33g
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%'	246,00kcal	10,26g	3,90g	42,06g	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
Tejeskávé ízű tej Összetétel: Tej '1,5%', Vita-d tejeskávé (Gast-Food)	126,13kcal	7,45g	3,56g	16,21g	10,93g	0,24g	2,14g
Tejes kiórlésű egyenes kifli Összetétel: Egyenes, tejes kiórlésű kifli 50g	124,50kcal	4,30g	0,60g	23,75g	0,35g	0,60g	0,30g
Tejes kiórlésű kenyér Összetétel: Tejes kiórlésű kenyér	76,16kcal	2,96g	0,34g	15,33g	0,20g	0,48g	0,14g
Tejes kiórlésű kenyér Összetétel: Tejes kiórlésű kenyér	134,40kcal	5,22g	0,60g	27,06g	0,36g	0,84g	0,24g
Tejes kiórlésű kenyér Összetétel: Tejes kiórlésű kenyér	53,76kcal	2,09g	0,24g	10,82g	0,14g	0,34g	0,10g
Tiramisu ízű tej Összetétel: Gf instant tiramisu ízű tejjésítő, Tej '1,5%'	141,62kcal	7,75g	3,75g	19,51g	11,50g	0,25g	2,25g
Tojáskrém Összetétel: Aro margarin, Mustár, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás főzött darabolt	121,20kcal	3,92g	10,36g	0,59g	0,13g	0,45g	3,87g

# Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2024.06.03.-tól 2024.06.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Törtburgonya Összetétel: Burgonya, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Orölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, fozovíz'	317,12kcal	5,82g	11,73g	42,51g	0,13g	0,39g	1,20g
Túró Rudi Összetétel: Túró Rudi	101,40kcal	2,10g	5,04g	11,67g	10,56g	0,03g	4,29g
Uborkasaláta Összetétel: 10%-os ételecet, Kigó uborka, Kristálycukor, Só 'jódozott'	33,32kcal	1,00g	0,10g	6,70g	5,00g	0,20g	0,00g
Vadas aprópecsenye Összetétel: Babérlevél, Citromlé 40%, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	333,28kcal	15,96g	23,09g	13,20g	2,62g	0,42g	0,32g
Vajas fokhagymás törtburgonya Összetétel: Aro margarin, Burgonya, Fokhagyma, Orölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, fozovíz'	223,05kcal	5,56g	2,34g	40,69g	0,00g	0,24g	0,73g
Vaníliás krémtúró Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Porcukor, Tejföl '12%', Vaníliás cukor	66,43kcal	5,74g	2,48g	4,95g	3,59g	0,00g	0,00g
Zala felvágott Összetétel: Zala felvágott	82,80kcal	5,60g	6,80g	0,72g	0,20g	0,88g	2,40g
Zöldborsófőzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	330,04kcal	15,86g	4,50g	53,81g	25,68g	0,37g	1,11g
Zöldborsós aprópecsenye Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Orölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	298,98kcal	16,09g	22,31g	6,25g	1,91g	0,36g	0,36g
Zöldfűszeres halpástétom Összetétel: Zöldfűszeres halpástétom	133,60kcal	3,48g	12,16g	2,36g	0,08g	0,52g	1,64g
Zöldségleves Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos rizszem tészta, Vöröshagyma	137,50kcal	4,17g	3,50g	21,82g	2,63g	0,53g	0,47g