

Étlap (Iskola 7-10 tej (T-E-U))

2025.09.22 - 2025.09.28.

<i>Hétfő</i> 2025.09.22	<i>Kedd</i> 2025.09.23.	<i>Szerda</i> 2025.09.24.	<i>Csütörtök</i> 2025.09.25.	<i>Péntek</i> 2025.09.26.
Tízórai d.bagett tv.paprika d.növényi sajt d.delma light E:1 112(Kj) 266(KCal) F: 1(g)Kol: 0(g)Sz: 33(g) Zsir: 15(g)Cuk: 0(g)Só:1,62(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 4(mg)	d.növényi krémsajt vizes zsemle (Glutén.) zöldséges felvágott E:1 352(Kj) 323(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 28(g) Zsir: 19(g)Cuk: 1(g)Só:1,86(g) Tel.Zs: 12(g)Ca: 6(mg)	rozskenyér TK (Glutén.) zala felvágott kápia paprika d.delma light E: 715(Kj) 171(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 6(g) Zsir: 13(g)Cuk: 0(g)Só:1,05(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 20(mg)	d.bagett jégcsapretek d.növényi sajt narancslé 100% 2 dl E:2 775(Kj) 664(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz:121(g) Zsir: 16(g)Cuk: 88(g)Só:1,56(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 9(mg)	d.csirkemájkrém vizes zsemle (Glutén.) uborka E: 952(Kj) 228(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 26(g) Zsir: 10(g)Cuk: 1(g)Só:1,15(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 11(mg)
Ebéd d.zellerkrémleves-pirítottzöldségekkel (Zeller.) d.pirított kenyér kocka d.édes-savanyú pulykamell d.barna rizs E:1 974(Kj) 472(KCal) F: 26(g)Kol: 0(g)Sz: 79(g) Zsir: 12(g)Cuk: 8(g)Só:2,42(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 24(mg)	d.tavaszi leves (Zeller.) d.sertéspörkölt (Zeller.) d.sárgaborsó főzelék d.fehér kenyér E:2 495(Kj) 597(KCal) F: 26(g)Kol: 50(g)Sz: 64(g) Zsir: 25(g)Cuk: 1(g)Só:3,24(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 62(mg)	d.májgaluskaleves (Zeller.) d.bácskai rizseshús (Zeller.) káposzta saláta E:2 475(Kj) 592(KCal) F: 23(g)Kol:212(g)Sz: 62(g) Zsir: 24(g)Cuk: 7(g)Só:3,27(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 46(mg)	d.gombagulyás (Zeller.) d.sajtos tejfölös szelet tört burgonya E:2 649(Kj) 634(KCal) F: 27(g)Kol: 0(g)Sz: 59(g) Zsir: 31(g)Cuk: 1(g)Só:2,83(g) Tel.Zs: 12(g)Ca: 136(mg)	d.lencsegulyás-sertéshússal (Zeller.) d.kakaós csiga E:2 321(Kj) 555(KCal) F: 18(g)Kol: 30(g)Sz: 68(g) Zsir: 23(g)Cuk: 8(g)Só:0,89(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 42(mg)
Uzsonna rozskenyér TK (Glutén.) d.növényi krémsajt bécsi felvágott uborka E: 580(Kj) 139(KCal) F: 2(g)Kol: 0(g)Sz: 7(g) Zsir: 11(g)Cuk: 0(g)Só:0,60(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 25(mg)	d.vaníliakrém batyu banán E:1 814(Kj) 434(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 68(g) Zsir: 13(g)Cuk: 0(g)Só:0,39(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 132(mg)	d.lekváros táska d.szafi reform szelet E:2 386(Kj) 571(KCal) F: 2(g)Kol: 0(g)Sz: 86(g) Zsir: 24(g)Cuk: 16(g)Só:0,40(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	fehér kenyér (Glutén.) csemege túrista uborka d.delma light E: 746(Kj) 178(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 6(g) Zsir: 15(g)Cuk: 0(g)Só:0,85(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 5(mg)	d.meggyes-vaníliás táska d.édes keksz (Szójabab.) E:1 920(Kj) 459(KCal) F: 12(g)Kol: 0(g)Sz: 69(g) Zsir: 10(g)Cuk: 18(g)Só:0,59(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 0(mg)

Étlap (Iskola 7-10 tej-tojásmnetes (T-E-U))

2025.09.22 - 2025.09.28.

<i>Hétfő</i> 2025.09.22	<i>Kedd</i> 2025.09.23.	<i>Szerda</i> 2025.09.24.	<i>Csütörtök</i> 2025.09.25.	<i>Péntek</i> 2025.09.26.
Tízórai d.bagett tv.paprika d.növényi sajt d.delma light E:1 112(Kj) 266(KCal) F: 1(g)Kol: 0(g)Sz: 33(g) Zsir: 15(g)Cuk: 0(g)Só:1.62(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 4(mg)	d.növényi krémsajt vizes zsemle (Glutén.) zöldséges felvágott E:1 352(Kj) 323(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 28(g) Zsir: 19(g)Cuk: 1(g)Só:1.86(g) Tel.Zs: 12(g)Ca: 6(mg)	rozskenyér TK (Glutén.) zala felvágott kápia paprika d.delma light E: 715(Kj) 171(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 6(g) Zsir: 13(g)Cuk: 0(g)Só:1.05(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 20(mg)	d.bagett jégcsapretek d.növényi sajt narancslé 100% 2 dl E:2 775(Kj) 664(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz:121(g) Zsir: 16(g)Cuk: 88(g)Só:1.56(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 9(mg)	d.csirkemájkrém vizes zsemle (Glutén.) uborka E: 952(Kj) 228(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 26(g) Zsir: 10(g)Cuk: 1(g)Só:1.15(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 11(mg)
Ebéd d.zellerkrémleves-píritottzöldségekkel (Zeller.) d.píritott kenyér kocka d.édes-savanyú pulykamell d.barna rizs E:1 974(Kj) 472(KCal) F: 26(g)Kol: 0(g)Sz: 79(g) Zsir: 12(g)Cuk: 8(g)Só:2.42(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 24(mg)	d.tavaszi leves (Zeller.) d.sertéspörkölt (Zeller.) d.sárgaborsó főzelék d.fehér kenyér E:2 495(Kj) 597(KCal) F: 26(g)Kol: 50(g)Sz: 64(g) Zsir: 25(g)Cuk: 1(g)Só:3.24(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 62(mg)	d.májgaluskaleves (Zeller.) d.bácskai rizseshús (Zeller.) káposzta saláta E:2 475(Kj) 592(KCal) F: 23(g)Kol:212(g)Sz: 62(g) Zsir: 24(g)Cuk: 7(g)Só:3.27(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 46(mg)	d.gombagulyás (Zeller.) d.sajtos tejfölös szelet tört burgonya E:2 649(Kj) 634(KCal) F: 27(g)Kol: 0(g)Sz: 59(g) Zsir: 31(g)Cuk: 1(g)Só:2.83(g) Tel.Zs: 12(g)Ca: 136(mg)	d.lencsegulyás-sertéshússal (Zeller.) d.kakaós csiga E:2 321(Kj) 555(KCal) F: 18(g)Kol: 30(g)Sz: 68(g) Zsir: 23(g)Cuk: 8(g)Só:0.89(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 42(mg)
Uzsonna rozskenyér TK (Glutén.) d.növényi krémsajt bécsi felvágott uborka E: 580(Kj) 139(KCal) F: 2(g)Kol: 0(g)Sz: 7(g) Zsir: 11(g)Cuk: 0(g)Só:0.60(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 25(mg)	d.vaníliakrém batyu banán E:1 814(Kj) 434(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 68(g) Zsir: 13(g)Cuk: 0(g)Só:0.39(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 132(mg)	d.lekváros táska d.szafi reform szelet E:2 386(Kj) 571(KCal) F: 2(g)Kol: 0(g)Sz: 86(g) Zsir: 24(g)Cuk: 16(g)Só:0.40(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	fehér kenyér (Glutén.) csemege túrista uborka d.delma light E: 746(Kj) 178(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 6(g) Zsir: 15(g)Cuk: 0(g)Só:0.85(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 5(mg)	d.meggyes-vaníliás táska d.édes keksz (Szójabab.) E:1 920(Kj) 459(KCal) F: 12(g)Kol: 0(g)Sz: 69(g) Zsir: 10(g)Cuk: 18(g)Só:0.59(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 0(mg)

Étlap (tej-tojás-glutén 7-10(3x))

2025.09.22 - 2025.09.28.

<i>Hétfő</i> 2025.09.22	<i>Kedd</i> 2025.09.23.	<i>Szerda</i> 2025.09.24.	<i>Csütörtök</i> 2025.09.25.	<i>Péntek</i> 2025.09.26.
Tízórai d.bagett tv.paprika d.növényi sajt d.delma light E:1 112(Kj) 266(KCal) F: 1(g)Kol: 0(g)Sz: 33(g) Zsir: 15(g)Cuk: 0(g)Só:1.62(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 4(mg)	d.növényi krémsajt d.zsömle zöldséges felvágott E:1 318(Kj) 315(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 26(g) Zsir: 21(g)Cuk: 0(g)Só:1.94(g) Tel.Zs: 13(g)Ca: 0(mg)	d.barnakenyér zala felvágott kápia paprika d.delma light E: 786(Kj) 188(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 10(g) Zsir: 13(g)Cuk: 0(g)Só:1.21(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 66(mg)	d.bagett jégcsapretek d.növényi sajt narancslé 100% 2 dl E:2 775(Kj) 664(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz:121(g) Zsir: 16(g)Cuk: 88(g)Só:1.56(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 9(mg)	d.csirkemájkrém d.zsömle uborka E: 917(Kj) 219(KCal) F: 3(g)Kol: 0(g)Sz: 24(g) Zsir: 12(g)Cuk: 0(g)Só:1.23(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 5(mg)
Ebéd d.zellerkrémleves-pirítottzöldségekkel (Zeller.) d.pirított kenyér kocka d.édes-savanyú pulykamell d.barna rizs E:1 974(Kj) 472(KCal) F: 26(g)Kol: 0(g)Sz: 79(g) Zsir: 12(g)Cuk: 8(g)Só:2.42(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 24(mg)	d.tavaszi leves (Zeller.) d.sertéspörkölt (Zeller.) d.sárgaborsó főzelék d.fehér kenyér E:2 495(Kj) 597(KCal) F: 26(g)Kol: 50(g)Sz: 64(g) Zsir: 25(g)Cuk: 1(g)Só:3.24(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 62(mg)	d.májgaluskaleves (Zeller.) d.bácskai rizseshús (Zeller.) káposzta saláta E:2 475(Kj) 592(KCal) F: 23(g)Kol:212(g)Sz: 62(g) Zsir: 24(g)Cuk: 7(g)Só:3.27(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 46(mg)	d.gombagulyás (Zeller.) d.sajtos tejfölös szelet tört burgonya E:2 649(Kj) 634(KCal) F: 27(g)Kol: 0(g)Sz: 59(g) Zsir: 31(g)Cuk: 1(g)Só:2.83(g) Tel.Zs: 12(g)Ca: 136(mg)	d.lencsegulyás-sertéshússal (Zeller.) d.kakaós csiga E:2 321(Kj) 555(KCal) F: 18(g)Kol: 30(g)Sz: 68(g) Zsir: 23(g)Cuk: 8(g)Só:0.89(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 42(mg)
Uzsonna d.barnakenyér d.növényi krémsajt bécsi felvágott uborka E: 651(Kj) 156(KCal) F: 1(g)Kol: 0(g)Sz: 11(g) Zsir: 12(g)Cuk: 0(g)Só:0.75(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 71(mg)	d.vaníliakrém batyu banán E:1 814(Kj) 434(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 68(g) Zsir: 13(g)Cuk: 0(g)Só:0.39(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 132(mg)	d.lekváros táska d.szafi reform szelet E:2 386(Kj) 571(KCal) F: 2(g)Kol: 0(g)Sz: 86(g) Zsir: 24(g)Cuk: 16(g)Só:0.40(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	d.fehér kenyér csemege túrista uborka d.delma light E:1 102(Kj) 264(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 26(g) Zsir: 16(g)Cuk: 0(g)Só:1.60(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 5(mg)	d.meggyes-vaníliás táska d.édes keksz (Szójabab.) E:1 920(Kj) 459(KCal) F: 12(g)Kol: 0(g)Sz: 69(g) Zsir: 10(g)Cuk: 18(g)Só:0.59(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 0(mg)

Étlap (Iskola 7-10 Tej-gluténmentes (T-E - U)

2025.09.22 - 2025.09.28.

<i>Hétfő</i> 2025.09.22	<i>Kedd</i> 2025.09.23.	<i>Szerda</i> 2025.09.24.	<i>Csütörtök</i> 2025.09.25.	<i>Péntek</i> 2025.09.26.
Tízórai d.bagett tv.paprika d.növényi sajt d.delma light E:1 112(Kj) 266(KCal) F: 1(g)Kol: 0(g)Sz: 33(g) Zsir: 15(g)Cuk: 0(g)Só:1,62(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 4(mg)	d.növényi krémsajt d.zsömlé zöldséges felvágott E:1 318(Kj) 315(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 26(g) Zsir: 21(g)Cuk: 0(g)Só:1,94(g) Tel.Zs: 13(g)Ca: 0(mg)	d.barnakenyér zala felvágott kápia paprika d.delma light E: 786(Kj) 188(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 10(g) Zsir: 13(g)Cuk: 0(g)Só:1,21(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 66(mg)	d.bagett jégesapretek d.növényi sajt narancslé 100% 2 dl E:2 775(Kj) 664(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz:121(g) Zsir: 16(g)Cuk: 88(g)Só:1,56(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 9(mg)	d.csirkemájkrém d.zsömlé uborka E: 917(Kj) 219(KCal) F: 3(g)Kol: 0(g)Sz: 24(g) Zsir: 12(g)Cuk: 0(g)Só:1,23(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 5(mg)
Ebéd d.zellerkrémleves-pirítottzöldségekkel (Zeller.) d.pirított kenyér kocka d.édes-savanyú pulykamell d.barna rizs E:1 974(Kj) 472(KCal) F: 26(g)Kol: 0(g)Sz: 79(g) Zsir: 12(g)Cuk: 8(g)Só:2,42(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 24(mg)	d.tavaszi leves (Zeller.) d.sertéspörkölt (Zeller.) d.sárgaborsó főzelék d.fehér kenyér E:2 495(Kj) 597(KCal) F: 26(g)Kol: 50(g)Sz: 64(g) Zsir: 25(g)Cuk: 1(g)Só:3,24(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 62(mg)	d.májgaluskaleves (Zeller.) d.bácskai rizseshús (Zeller.) káposzta saláta E:2 475(Kj) 592(KCal) F: 23(g)Kol:212(g)Sz: 62(g) Zsir: 24(g)Cuk: 7(g)Só:3,27(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 46(mg)	d.gombagulyás (Zeller.) d.sajtos tejfölös szelet tört burgonya E:2 649(Kj) 634(KCal) F: 27(g)Kol: 0(g)Sz: 59(g) Zsir: 31(g)Cuk: 1(g)Só:2,83(g) Tel.Zs: 12(g)Ca: 136(mg)	d.lencsegulyás-sertéshússal (Zeller.) d.kakaós csiga E:2 321(Kj) 555(KCal) F: 18(g)Kol: 30(g)Sz: 68(g) Zsir: 23(g)Cuk: 8(g)Só:0,89(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 42(mg)
Uzsonna d.barnakenyér d.növényi krémsajt bécsi felvágott uborka E: 651(Kj) 156(KCal) F: 1(g)Kol: 0(g)Sz: 11(g) Zsir: 12(g)Cuk: 0(g)Só:0,75(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 71(mg)	d.vaniliakrém batyu banán E:1 814(Kj) 434(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 68(g) Zsir: 13(g)Cuk: 0(g)Só:0,39(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 132(mg)	d.lekváros táska d.szafi reform szelet E:2 386(Kj) 571(KCal) F: 2(g)Kol: 0(g)Sz: 86(g) Zsir: 24(g)Cuk: 16(g)Só:0,40(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	d.fehér kenyér csemege túrista uborka d.delma light E:1 102(Kj) 264(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 26(g) Zsir: 16(g)Cuk: 0(g)Só:1,60(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 5(mg)	d.meggyes-vaniliás táska d.édes keksz (Szőjábab.) E:1 920(Kj) 459(KCal) F: 12(g)Kol: 0(g)Sz: 69(g) Zsir: 10(g)Cuk: 18(g)Só:0,59(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 0(mg)

Étlap (Iskola 7-10 gluténmentes (E))

2025.09.22 - 2025.09.28.

<i>Hétfő</i> 2025.09.22	<i>Kedd</i> 2025.09.23.	<i>Szerda</i> 2025.09.24.	<i>Csütörtök</i> 2025.09.25.	<i>Péntek</i> 2025.09.26.
Tízórai				
Ebéd d.zellerkrémleves-pirítottzöldségekkel (Zeller.) d.pirított kenyér kocka d.édes-savanyú pulykamell d.barna rizs E:1 974(Kj) 472(KCal) F: 26(g)Kol: 0(g)Sz: 79(g) Zsir: 12(g)Cuk: 8(g)Só:2.42(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 24(mg)	d.tavaszi leves (Zeller.) d.sertéspörkölt (Zeller.) d.sárgaborsó főzelék d.fehér kenyér E:2 495(Kj) 597(KCal) F: 26(g)Kol: 50(g)Sz: 64(g) Zsir: 25(g)Cuk: 1(g)Só:3.24(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 62(mg)	d.májgaluskaleves (Zeller.) d.bácskai rizseshús (Zeller.) káposzta saláta E:2 475(Kj) 592(KCal) F: 23(g)Kol:212(g)Sz: 62(g) Zsir: 24(g)Cuk: 7(g)Só:3.27(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 46(mg)	d.gombagulyás (Zeller.) d.sajtos tejfölös szelet tört burgonya E:2 649(Kj) 634(KCal) F: 27(g)Kol: 0(g)Sz: 59(g) Zsir: 31(g)Cuk: 1(g)Só:2.83(g) Tel.Zs: 12(g)Ca: 136(mg)	d.lencsegulyás-sertéshússal (Zeller.) d.kakaós csiga E:2 321(Kj) 555(KCal) F: 18(g)Kol: 30(g)Sz: 68(g) Zsir: 23(g)Cuk: 8(g)Só:0.89(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 42(mg)
Uzsonna				

Étlap (Iskola 7-10- tejmentes (E))

2025.09.22 - 2025.09.28.

<i>Hétfő</i> 2025.09.22	<i>Kedd</i> 2025.09.23.	<i>Szerda</i> 2025.09.24.	<i>Csütörtök</i> 2025.09.25.	<i>Péntek</i> 2025.09.26.
Tízórai				
Ebéd d.zellerkrémleves-pirítottzöldségekkel (Zeller.) d.pirított kenyér kocka d.édes-savanyú pulykamell d.barna rizs E:1 974(Kj) 472(KCal) F: 26(g)Kol: 0(g)Sz: 79(g) Zsir: 12(g)Cuk: 8(g)Só:2.42(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 24(mg)	d.tavaszi leves (Zeller.) d.sertéspörkölt (Zeller.) d.sárgaborsó főzelék d.fehér kenyér E:2 495(Kj) 597(KCal) F: 26(g)Kol: 50(g)Sz: 64(g) Zsir: 25(g)Cuk: 1(g)Só:3.24(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 62(mg)	d.májgaluskaleves (Zeller.) d.bácskai rizseshús (Zeller.) káposzta saláta E:2 475(Kj) 592(KCal) F: 23(g)Kol:212(g)Sz: 62(g) Zsir: 24(g)Cuk: 7(g)Só:3.27(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 46(mg)	d.gombagulyás (Zeller.) d.sajtos tejfölös szelet tört burgonya E:2 649(Kj) 634(KCal) F: 27(g)Kol: 0(g)Sz: 59(g) Zsir: 31(g)Cuk: 1(g)Só:2.83(g) Tel.Zs: 12(g)Ca: 136(mg)	d.lencsegulyás-sertéshússal (Zeller.) d.kakaós csiga E:2 321(Kj) 555(KCal) F: 18(g)Kol: 30(g)Sz: 68(g) Zsir: 23(g)Cuk: 8(g)Só:0.89(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 42(mg)
Uzsonna				

Étlap (Iskola 7-10 tej-tojásmentes (E))

2025.09.22 - 2025.09.28.

<i>Hétfő</i> 2025.09.22	<i>Kedd</i> 2025.09.23.	<i>Szerda</i> 2025.09.24.	<i>Csütörtök</i> 2025.09.25.	<i>Péntek</i> 2025.09.26.
Tízórai				
Ebéd d.zellerkrémleves-pirítottzöldségekkel (Zeller.) d.pirított kenyér kocka d.édes-savanyú pulykamell d.barna rizs E:1 974(Kj) 472(KCal) F: 26(g)Kol: 0(g)Sz: 79(g) Zsir: 12(g)Cuk: 8(g)Só:2,42(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 24(mg)	d.tavaszi leves (Zeller.) d.sertéspörkölt (Zeller.) d.sárgaborsó főzelék d.fehér kenyér E:2 495(Kj) 597(KCal) F: 26(g)Kol: 50(g)Sz: 64(g) Zsir: 25(g)Cuk: 1(g)Só:3,24(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 62(mg)	d.májgaluskaleves (Zeller.) d.bácskai rizseshús (Zeller.) káposzta saláta E:2 475(Kj) 592(KCal) F: 23(g)Kol:212(g)Sz: 62(g) Zsir: 24(g)Cuk: 7(g)Só:3,27(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 46(mg)	d.gombagulyás (Zeller.) d.sajtos tejfölös szelet tört burgonya E:2 649(Kj) 634(KCal) F: 27(g)Kol: 0(g)Sz: 59(g) Zsir: 31(g)Cuk: 1(g)Só:2,83(g) Tel.Zs: 12(g)Ca: 136(mg)	d.lencsegulyás-sertéshússal (Zeller.) d.kakaós csiga E:2 321(Kj) 555(KCal) F: 18(g)Kol: 30(g)Sz: 68(g) Zsir: 23(g)Cuk: 8(g)Só:0,89(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 42(mg)
Uzsonna				

Étlap (Iskola 7-10 tej-tojás-szója (E))

2025.09.22 - 2025.09.28.

<i>Hétfő</i> 2025.09.22	<i>Kedd</i> 2025.09.23.	<i>Szerda</i> 2025.09.24.	<i>Csütörtök</i> 2025.09.25.	<i>Péntek</i> 2025.09.26.
Tízórai				
Ebéd d.zellerkrémleves-pirítottzöldségekkel (Zeller.) d.pirított kenyér kocka d.édes-savanyú pulykamell d.barna rizs E:1 974(Kj) 472(KCal) F: 26(g)Kol: 0(g)Sz: 79(g) Zsir: 12(g)Cuk: 8(g)Só:2,42(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 24(mg)	d.tavaszi leves (Zeller.) d.sertéspörkölt (Zeller.) d.sárgaborsó főzelék d.fehér kenyér E:2 495(Kj) 597(KCal) F: 26(g)Kol: 50(g)Sz: 64(g) Zsir: 25(g)Cuk: 1(g)Só:3,24(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 62(mg)	d.májgaluskaleves (Zeller.) d.bácskai rizseshús (Zeller.) káposzta saláta E:2 475(Kj) 592(KCal) F: 23(g)Kol:212(g)Sz: 62(g) Zsir: 24(g)Cuk: 7(g)Só:3,27(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 46(mg)	d.gombagulyás (Zeller.) d.sajtos tejfölös szelet tört burgonya E:2 649(Kj) 634(KCal) F: 27(g)Kol: 0(g)Sz: 59(g) Zsir: 31(g)Cuk: 1(g)Só:2,83(g) Tel.Zs: 12(g)Ca: 136(mg)	d.lencsegulyás-sertéshússal (Zeller.) d.kakaós csiga E:2 321(Kj) 555(KCal) F: 18(g)Kol: 30(g)Sz: 68(g) Zsir: 23(g)Cuk: 8(g)Só:0,89(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 42(mg)
Uzsonna				

Étlap (Iskola 11-14 tej (T-E-U))

2025.09.22 - 2025.09.28.

<i>Hétfő</i> 2025.09.22	<i>Kedd</i> 2025.09.23	<i>Szerda</i> 2025.09.24	<i>Csütörtök</i> 2025.09.25	<i>Péntek</i> 2025.09.26
Tízórai d.bagett tv.paprika d.növényi sajt d.delma light E:1 112(Kj) 266(KCal) F: 1(g)Kol: 0(g)Sz: 33(g) Zsir: 15(g)Cuk: 0(g)Só:1.62(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 4(mg)	d.növényi krémsajt vizes zsemle (Glutén.) zöldséges felvágott E:1 461(Kj) 350(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 28(g) Zsir: 21(g)Cuk: 1(g)Só:2.05(g) Tel.Zs: 13(g)Ca: 6(mg)	rozskenyér TK (Glutén.) zala felvágott kápia paprika d.delma light E: 827(Kj) 198(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 7(g) Zsir: 15(g)Cuk: 0(g)Só:1.24(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 20(mg)	d.bagett jégcsapretek d.növényi sajt narancslé 100% 2 dl E:2 775(Kj) 664(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz:121(g) Zsir: 16(g)Cuk: 88(g)Só:1.56(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 9(mg)	d.csirkemájkrém vizes zsemle (Glutén.) uborka E:1 097(Kj) 263(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 27(g) Zsir: 13(g)Cuk: 1(g)Só:1.30(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 14(mg)
Ebéd d.zellerkrémleves-pirítottzöldségekkel (Zeller.) d.pirított kenyér kocka d.édes-savanyú pulykamell d.barna rizs E:2 435(Kj) 583(KCal) F: 33(g)Kol: 0(g)Sz: 97(g) Zsir: 15(g)Cuk: 11(g)Só:2.96(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 29(mg)	d.tavaszi leves (Zeller.) d.sertéspörkölt (Zeller.) d.sárgaborsó főzelék d.fehér kenyér E:3 021(Kj) 723(KCal) F: 32(g)Kol: 63(g)Sz: 74(g) Zsir: 32(g)Cuk: 2(g)Só:3.82(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 78(mg)	d.májgaluskaleves (Zeller.) d.bácskai rizseshús (Zeller.) káposzta saláta E:3 086(Kj) 738(KCal) F: 28(g)Kol:261(g)Sz: 78(g) Zsir: 30(g)Cuk: 9(g)Só:4.74(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 56(mg)	d.gombagulyás (Zeller.) d.sajtos tejfölös szelet tört burgonya E:3 155(Kj) 755(KCal) F: 31(g)Kol: 0(g)Sz: 71(g) Zsir: 37(g)Cuk: 1(g)Só:3.50(g) Tel.Zs: 15(g)Ca: 167(mg)	d.lencsegulyás-sertéshússal (Zeller.) d.kakaós csiga E:2 598(Kj) 621(KCal) F: 22(g)Kol: 38(g)Sz: 73(g) Zsir: 26(g)Cuk: 8(g)Só:1.14(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 53(mg)
Uzsonna rozskenyér TK (Glutén.) d.növényi krémsajt bécsi felvágott uborka E: 588(Kj) 141(KCal) F: 2(g)Kol: 0(g)Sz: 7(g) Zsir: 11(g)Cuk: 0(g)Só:0.60(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 28(mg)	d.vaníliakrém batyu banán E:1 946(Kj) 466(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 75(g) Zsir: 13(g)Cuk: 0(g)Só:0.39(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 165(mg)	d.lekváros táska d.szafi reform szelet E:2 386(Kj) 571(KCal) F: 2(g)Kol: 0(g)Sz: 86(g) Zsir: 24(g)Cuk: 16(g)Só:0.40(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	fehér kenyér (Glutén.) csemege túrista uborka d.delma light E: 754(Kj) 180(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 6(g) Zsir: 15(g)Cuk: 0(g)Só:0.85(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 8(mg)	d.meggyes-vaníliaiás táska d.édes keksz (Szójabab.) E:2 316(Kj) 554(KCal) F: 13(g)Kol: 0(g)Sz: 83(g) Zsir: 13(g)Cuk: 22(g)Só:0.76(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 0(mg)

Étlap (Iskola 11-14 gluténmentes (T-E-U))

2025.09.22 - 2025.09.28.

<i>Hétfő</i> 2025.09.22	<i>Kedd</i> 2025.09.23	<i>Szerda</i> 2025.09.24	<i>Csütörtök</i> 2025.09.25	<i>Péntek</i> 2025.09.26
Tízórai d.bagett tv.paprika trappista sajt (Tej.) d.delma light E:1 161(Kj) 278(KCal) F: 10(g)Kol: 43(g)Sz: 25(g) Zsir: 16(g)Cuk: 0(g)Só:1,54(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 244(mg)	sajtkrém-snidlinges (Tej.) d.zsömlé zöldséges felvágott E:1 326(Kj) 317(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 28(g) Zsir: 18(g)Cuk: 2(g)Só:2,37(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 220(mg)	d.barnakenyér zala felvágott kápia paprika d.delma light E: 898(Kj) 215(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 11(g) Zsir: 15(g)Cuk: 0(g)Só:1,40(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 66(mg)	d.bagett jégesapretek kockasajt (Tej.) narancslé 100% 2 dl E:3 870(Kj) 926(KCal) F: 26(g)Kol:280(g)Sz:126(g) Zsir: 35(g)Cuk: 88(g)Só:4,88(g) Tel.Zs: 20(g)Ca: 9(mg)	d.csirkemájkrém d.zsömlé uborka E:1 063(Kj) 254(KCal) F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 25(g) Zsir: 15(g)Cuk: 0(g)Só:1,38(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 8(mg)
Ebéd d.zellerkrémleves-pirítottzöldségekkel (Zeller.) d.pirított kenyér kocka d.édes-savanyú pulykamell d.barna rizs E:2 435(Kj) 583(KCal) F: 33(g)Kol: 0(g)Sz: 97(g) Zsir: 15(g)Cuk: 11(g)Só:2,96(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 29(mg)	d.tavaszi leves (Zeller.) d.sertéspörkölt (Zeller.) d.sárgaborsó főzelék d.fehér kenyér E:3 021(Kj) 723(KCal) F: 32(g)Kol: 63(g)Sz: 74(g) Zsir: 32(g)Cuk: 2(g)Só:3,82(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 78(mg)	d.májgaluskaleves (Zeller.) d.bácskai rizseshús (Zeller.) káposzta saláta E:3 086(Kj) 738(KCal) F: 28(g)Kol:261(g)Sz: 78(g) Zsir: 30(g)Cuk: 9(g)Só:4,74(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 56(mg)	d.gombagulyás (Zeller.) d.sajtos tejfölös szelet tört burgonya E:3 155(Kj) 755(KCal) F: 31(g)Kol: 0(g)Sz: 71(g) Zsir: 37(g)Cuk: 1(g)Só:3,50(g) Tel.Zs: 15(g)Ca: 167(mg)	d.lencsegulyás-sertéshússal (Zeller.) d.kakaós csiga E:2 598(Kj) 621(KCal) F: 22(g)Kol: 38(g)Sz: 73(g) Zsir: 26(g)Cuk: 8(g)Só:1,14(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 53(mg)
Uzsonna d.barnakenyér sajtkrém-natúr (Tej.) bécsi felvágott uborka E: 568(Kj) 136(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 12(g) Zsir: 8(g)Cuk: 2(g)Só:0,63(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 294(mg)	d.vaníliakrém batyu banán E:1 946(Kj) 466(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 75(g) Zsir: 13(g)Cuk: 0(g)Só:0,39(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 165(mg)	d.lekváros táska d.szafi reform szelet E:2 386(Kj) 571(KCal) F: 2(g)Kol: 0(g)Sz: 86(g) Zsir: 24(g)Cuk: 16(g)Só:0,40(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	d.fehér kenyér csemege túrista uborka d.delma light E:1 110(Kj) 265(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 26(g) Zsir: 16(g)Cuk: 0(g)Só:1,60(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 8(mg)	d.meggyes-vaníliás táska d.édes keksz (Szójabab.) E:2 316(Kj) 554(KCal) F: 13(g)Kol: 0(g)Sz: 83(g) Zsir: 13(g)Cuk: 22(g)Só:0,76(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 0(mg)

Étlap (Iskola 11-14 gluténmentes (E))

2025.09.22 - 2025.09.28.

<i>Hétfő</i> 2025.09.22	<i>Kedd</i> 2025.09.23.	<i>Szerda</i> 2025.09.24.	<i>Csütörtök</i> 2025.09.25.	<i>Péntek</i> 2025.09.26.
Tízórai				
Ebéd d.zellerkrémleves-pirítottzöldségekkel (Zeller.) d.pirított kenyér kocka d.édes-savanyú pulykamell d.barna rizs E:2 435(Kj) 583(KCal) F: 33(g)Kol: 0(g)Sz: 97(g) Zsir: 15(g)Cuk: 11(g)Só:2.96(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 29(mg)	d.tavaszi leves (Zeller.) d.sertéspörkölt (Zeller.) d.sárgaborsó főzelék d.fehér kenyér E:3 021(Kj) 723(KCal) F: 32(g)Kol: 63(g)Sz: 74(g) Zsir: 32(g)Cuk: 2(g)Só:3.82(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 78(mg)	d.májgaluskaleves (Zeller.) d.bácskai rizseshús (Zeller.) káposzta saláta E:3 086(Kj) 738(KCal) F: 28(g)Kol:261(g)Sz: 78(g) Zsir: 30(g)Cuk: 9(g)Só:4.74(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 56(mg)	d.gombagulyás (Zeller.) d.sajtos tejfölös szelet tört burgonya E:3 155(Kj) 755(KCal) F: 31(g)Kol: 0(g)Sz: 71(g) Zsir: 37(g)Cuk: 1(g)Só:3.50(g) Tel.Zs: 15(g)Ca: 167(mg)	d.lencsegulyás-sertéshússal (Zeller.) d.kakaós csiga E:2 598(Kj) 621(KCal) F: 22(g)Kol: 38(g)Sz: 73(g) Zsir: 26(g)Cuk: 8(g)Só:1.14(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 53(mg)
Uzsonna				

Étlap (Iskola 11-14 tejmentes (E))

2025.09.22 - 2025.09.28.

<i>Hétfő</i> 2025.09.22	<i>Kedd</i> 2025.09.23.	<i>Szerda</i> 2025.09.24.	<i>Csütörtök</i> 2025.09.25.	<i>Péntek</i> 2025.09.26.
Tízórai				
Ebéd d.zellerkrémleves-pirítottzöldségekkel (Zeller.) d.pirított kenyér kocka d.édes-savanyú pulykamell d.barna rizs E:2 435(Kj) 583(KCal) F: 33(g)Kol: 0(g)Sz: 97(g) Zsir: 15(g)Cuk: 11(g)Só:2.96(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 29(mg)	d.tavaszi leves (Zeller.) d.sertéspörkölt (Zeller.) d.sárgaborsó főzelék d.fehér kenyér E:3 021(Kj) 723(KCal) F: 32(g)Kol: 63(g)Sz: 74(g) Zsir: 32(g)Cuk: 2(g)Só:3.82(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 78(mg)	d.májgaluskaleves (Zeller.) d.bácskai rizseshús (Zeller.) káposzta saláta E:3 086(Kj) 738(KCal) F: 28(g)Kol:261(g)Sz: 78(g) Zsir: 30(g)Cuk: 9(g)Só:4.74(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 56(mg)	d.gombagulyás (Zeller.) d.sajtos tejfölös szelet tört burgonya E:3 155(Kj) 755(KCal) F: 31(g)Kol: 0(g)Sz: 71(g) Zsir: 37(g)Cuk: 1(g)Só:3.50(g) Tel.Zs: 15(g)Ca: 167(mg)	d.lencsegulyás-sertéshússal (Zeller.) d.kakaós csiga E:2 598(Kj) 621(KCal) F: 22(g)Kol: 38(g)Sz: 73(g) Zsir: 26(g)Cuk: 8(g)Só:1.14(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 53(mg)
Uzsonna				

Étlap (Középiskola-tejmentes (E))

2025.09.22 - 2025.09.28.

<i>Hétfő</i> 2025.09.22	<i>Kedd</i> 2025.09.23.	<i>Szerda</i> 2025.09.24.	<i>Csütörtök</i> 2025.09.25.	<i>Péntek</i> 2025.09.26.
Tízórai				
Ebéd d.zellerkrémleves-pirítottzöldségekkel (Zeller.) d.pirított kenyér kocka d.édes-savanyú pulykamell d.barna rizs E:2 815(Kj) 674(KCal) F: 39(g)Kol: 0(g)Sz:111(g) Zsir: 18(g)Cuk: 13(g)Só:14,21(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 33(mg)	d.tavaszi leves (Zeller.) d.sertéspörkölt (Zeller.) d.sárgaborsó főzelék d.fehér kenyér E:3 577(Kj) 856(KCal) F: 36(g)Kol: 75(g)Sz: 89(g) Zsir: 38(g)Cuk: 2(g)Só:4.78(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 91(mg)	d.májgaluskaleves (Zeller.) d.bácskai rizseshús (Zeller.) káposzta saláta E:3 815(Kj) 913(KCal) F: 33(g)Kol:273(g)Sz:100(g) Zsir: 36(g)Cuk: 12(g)Só:6.01(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 67(mg)	d.gombagulyás (Zeller.) d.sajtos tejfölös szelet tört burgonya E:3 824(Kj) 915(KCal) F: 36(g)Kol: 0(g)Sz: 88(g) Zsir: 45(g)Cuk: 1(g)Só:4.17(g) Tel.Zs: 17(g)Ca: 197(mg)	d.lencsegulyás-sertéshússal (Zeller.) d.kakaós csiga E:2 598(Kj) 621(KCal) F: 22(g)Kol: 38(g)Sz: 73(g) Zsir: 26(g)Cuk: 8(g)Só:1,34(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 53(mg)
Uzsonna				

Étlap (Középiskola tej-tojás-szója (E))

2025.09.22 - 2025.09.28.

<i>Hétfő</i> 2025.09.22	<i>Kedd</i> 2025.09.23.	<i>Szerda</i> 2025.09.24.	<i>Csütörtök</i> 2025.09.25.	<i>Péntek</i> 2025.09.26.
Tízórai				
Ebéd d.zellerkrémleves-pirítottzöldségekkel (Zeller.) d.pirított kenyér kocka d.édes-savanyú pulykamell d.barna rizs E:2 815(Kj) 674(KCal) F: 39(g)Kol: 0(g)Sz:111(g) Zsir: 18(g)Cuk: 13(g)Só:14,21(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 33(mg)	d.tavaszi leves (Zeller.) d.sertéspörkölt (Zeller.) d.sárgaborsó főzelék d.fehér kenyér E:3 577(Kj) 856(KCal) F: 36(g)Kol: 75(g)Sz: 89(g) Zsir: 38(g)Cuk: 2(g)Só:4,78(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 91(mg)	d.májgaluskaleves (Zeller.) d.bácskai rizseshús (Zeller.) káposzta saláta E:3 815(Kj) 913(KCal) F: 33(g)Kol:273(g)Sz:100(g) Zsir: 36(g)Cuk: 12(g)Só:6,01(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 67(mg)	d.gombagulyás (Zeller.) d.sajtos tejfölös szelet tört burgonya E:3 824(Kj) 915(KCal) F: 36(g)Kol: 0(g)Sz: 88(g) Zsir: 45(g)Cuk: 1(g)Só:4,17(g) Tel.Zs: 17(g)Ca: 197(mg)	d.lencsegulyás-sertéshússal (Zeller.) d.kakaós csiga E:2 598(Kj) 621(KCal) F: 22(g)Kol: 38(g)Sz: 73(g) Zsir: 26(g)Cuk: 8(g)Só:1,34(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 53(mg)
Uzsonna				

Étlap (Középiskola - gluténmentes (E))

2025.09.22 - 2025.09.28.

<i>Hétfő</i> 2025.09.22	<i>Kedd</i> 2025.09.23.	<i>Szerda</i> 2025.09.24.	<i>Csütörtök</i> 2025.09.25.	<i>Péntek</i> 2025.09.26.
Tízórai				
Ebéd d.zellerkrémleves-pirítottzöldségekkel (Zeller.) d.pirított kenyér kocka d.édes-savanyú pulykamell d.barna rizs E:2 815(Kj) 674(KCal) F: 39(g)Kol: 0(g)Sz:111(g) Zsir: 18(g)Cuk: 13(g)Só:14.21(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 33(mg)	d.tavaszi leves (Zeller.) d.sertéspörkölt (Zeller.) d.sárgaborsó főzelék d.fehér kenyér E:3 577(Kj) 856(KCal) F: 36(g)Kol: 75(g)Sz: 89(g) Zsir: 38(g)Cuk: 2(g)Só:4.78(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 91(mg)	d.májgaluskaleves (Zeller.) d.bácskai rizseshús (Zeller.) káposzta saláta E:3 815(Kj) 913(KCal) F: 33(g)Kol:273(g)Sz:100(g) Zsir: 36(g)Cuk: 12(g)Só:6.01(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 67(mg)	d.gombagulyás (Zeller.) d.sajtos tejfölös szelet tört burgonya E:3 824(Kj) 915(KCal) F: 36(g)Kol: 0(g)Sz: 88(g) Zsir: 45(g)Cuk: 1(g)Só:4.17(g) Tel.Zs: 17(g)Ca: 197(mg)	d.lencsegulyás-sertéshússal (Zeller.) d.kakaós csiga E:2 598(Kj) 621(KCal) F: 22(g)Kol: 38(g)Sz: 73(g) Zsir: 26(g)Cuk: 8(g)Só:1.34(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 53(mg)
Uzsonna				

Étlap (CH 7-10(E))

2025.09.22 - 2025.09.28.

<i>Hétfő</i> 2025.09.22	<i>Kedd</i> 2025.09.23.	<i>Szerda</i> 2025.09.24.	<i>Csütörtök</i> 2025.09.25.	<i>Péntek</i> 2025.09.26.
Tízórai				
Ebéd				
zellerkrémleves pirított zöldségekkel (Tej,Zeller.Glutén,Tojás,Mustár.) d.zöldséges ragu (Zeller.) bulgur (Glutén,Tojás,Tej,Zeller,Mustár.)	tavaszi leves (Glutén,Tojás,Tej,Zeller,Mustár.) sertéspörkölt (Glutén,Zeller,Tojás,Tej,Mustár.) sárgaborsó főzelék (Glutén,Tojás,Tej,Zeller,Mustár.)	májgaluska leves (Zeller.Glutén,Tojás,Tej,Mustár.) bácskai rizseshús (Zeller.)	gombagulyás (Glutén,Tojás,Tej,Zeller,Mustár.) sajtos tejfölös szelet (Tej.Glutén.) tört burgonya	lencsegulyás-sertéshússal (Glutén,Tojás,Tej,Zeller,Mustár.) d.kakaós csiga
E:3 135(Kj) 750(KCal) F: 23(g)Kol: 42(g)Sz:112(g) Zsir: 24(g)Cuk: 3(g)Só:2.49(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 43(mg)	E:2 057(Kj) 492(KCal) F: 28(g)Kol: 58(g)Sz: 42(g) Zsir: 27(g)Cuk: 3(g)Só:1.55(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 61(mg)	E:1 956(Kj) 468(KCal) F: 16(g)Kol: 46(g)Sz: 50(g) Zsir: 23(g)Cuk: 2(g)Só:1.88(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 20(mg)	E:2 727(Kj) 652(KCal) F: 33(g)Kol: 46(g)Sz: 50(g) Zsir: 37(g)Cuk: 2(g)Só:2.93(g) Tel.Zs: 14(g)Ca: 332(mg)	E:2 322(Kj) 555(KCal) F: 18(g)Kol: 30(g)Sz: 68(g) Zsir: 23(g)Cuk: 8(g)Só:0.70(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 42(mg)
Uzsonna				

Étlap (CH 11-14(E))

2025.09.22 - 2025.09.28.

<i>Hétfő</i> 2025.09.22	<i>Kedd</i> 2025.09.23.	<i>Szerda</i> 2025.09.24.	<i>Csütörtök</i> 2025.09.25.	<i>Péntek</i> 2025.09.26.
Tízórai				
Ebéd				
zellerkrémleves pirított zöldségekkel (Tej,Zeller,Glutén,Tojás,Mustár.) d.zöldséges ragu (Zeller.) bulgur (Glutén,Tojás,Tej,Zeller,Mustár.)	tavaszi leves (Glutén,Tojás,Tej,Zeller,Mustár.) sertéspörkölt (Glutén,Tojás,Tej,Zeller,Mustár.) sárgaborsó főzelék (Glutén,Tojás,Tej,Zeller,Mustár.)	májgaluska leves (Zeller,Glutén,Tojás,Tej,Mustár.) bácskai rizseshús (Zeller.)	gombagulyás (Tej,Glutén,Tojás,Zeller,Mustár.) sajtos tejfölös szelet (Tej,Glutén.) tört burgonya	lencsegulyás-sertéshússal (Glutén,Tojás,Tej,Zeller,Mustár.) d.kakaós csiga
E:3 693(Kj) 883(KCal) F: 27(g)Kol: 49(g)Sz:131(g) Zsir: 28(g)Cuk: 3(g)Só:3,10(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 53(mg)	E:2 562(Kj) 613(KCal) F: 35(g)Kol: 71(g)Sz: 53(g) Zsir: 33(g)Cuk: 3(g)Só:1,94(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 76(mg)	E:2 446(Kj) 585(KCal) F: 20(g)Kol: 58(g)Sz: 63(g) Zsir: 29(g)Cuk: 2(g)Só:2,37(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 25(mg)	E:3 263(Kj) 781(KCal) F: 38(g)Kol: 56(g)Sz: 60(g) Zsir: 45(g)Cuk: 3(g)Só:3,65(g) Tel.Zs: 16(g)Ca: 405(mg)	E:2 599(Kj) 622(KCal) F: 22(g)Kol: 38(g)Sz: 74(g) Zsir: 26(g)Cuk: 9(g)Só:0,85(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 53(mg)
Uzsonna				

Étlap (CH 15-18(E))

2025.09.22 - 2025.09.28.

<i>Hétfő</i> 2025.09.22	<i>Kedd</i> 2025.09.23.	<i>Szerda</i> 2025.09.24.	<i>Csütörtök</i> 2025.09.25.	<i>Péntek</i> 2025.09.26.
Tízórai				
Ebéd				
zellerkrémleves pirított zöldségekkel (Zeller,Tej,Glutén,Tojás,Mustár.) d.zöldséges ragu (Zeller,.) bulgur (Glutén,Tojás,Tej,Zeller,Mustár.)	tavaszi leves (Glutén,Tojás,Tej,Zeller,Mustár.) sertéspörkölt (Zeller,Glutén,Tojás,Tej,Mustár.) sárgaborsó főzelék (Glutén,Tojás,Tej,Zeller,Mustár.)	májgaluska leves (Zeller,Glutén,Tojás,Tej,Mustár.) bácskai rizseshús (Zeller.)	gombagulyás (Zeller,Tej,Glutén,Tojás,Mustár.) sajtos tejfölös szelet (Tej,Glutén.) tört burgonya	lencsegulyás-sertéshússal (Zeller,Glutén,Tojás,Tej,Mustár.) d.kakaós csiga
E:4 169(Kj) 997(KCal) F: 30(g)Kol: 55(g)Sz:147(g) Zsir: 32(g)Cuk: 3(g)Só:3.61(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 60(mg)	E:3 100(Kj) 742(KCal) F: 42(g)Kol: 84(g)Sz: 64(g) Zsir: 41(g)Cuk: 4(g)Só:2.45(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 93(mg)	E:3 019(Kj) 722(KCal) F: 24(g)Kol: 71(g)Sz: 79(g) Zsir: 35(g)Cuk: 2(g)Só:2.66(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 29(mg)	E:3 921(Kj) 938(KCal) F: 45(g)Kol: 68(g)Sz: 71(g) Zsir: 55(g)Cuk: 3(g)Só:4,11(g) Tel.Zs: 20(g)Ca: 459(mg)	E:2 599(Kj) 622(KCal) F: 22(g)Kol: 38(g)Sz: 74(g) Zsir: 26(g)Cuk: 9(g)Só:0.85(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 53(mg)
Uzsonna				

Étlap (CH-glutén 15-18(E))

2025.09.22 - 2025.09.28.

<i>Hétfő</i> 2025.09.22	<i>Kedd</i> 2025.09.23.	<i>Szerda</i> 2025.09.24	<i>Csütörtök</i> 2025.09.25.	<i>Péntek</i> 2025.09.26.
Tízórai				
Ebéd d.zellerkrémleves-pirítottzöldségekkel (Zeller.) d.zöldséges ragu (Zeller.) d.barna rizs E:4 511(Kj) 1 079(KCal) F: 28(g)Kol: 51(g)Sz:152(g) Zsir: 37(g)Cuk: 4(g)Só:14.91(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 59(mg)	d.tavaszi leves (Zeller.) d.sertéspörkölt (Zeller.) d.sárgaborsó főzelék E:2 903(Kj) 695(KCal) F: 36(g)Kol: 75(g)Sz: 52(g) Zsir: 37(g)Cuk: 2(g)Só:3.44(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 91(mg)	d.májgaluskaleves (Zeller.) d.bácskai rizseshús (Zeller.) E:3 489(Kj) 835(KCal) F: 32(g)Kol:273(g)Sz: 83(g) Zsir: 35(g)Cuk: 2(g)Só:3.06(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 30(mg)	d.gombagulyás (Zeller.) d.sajtos tejfölös szelet tört burgonya E:3 824(Kj) 915(KCal) F: 36(g)Kol: 0(g)Sz: 88(g) Zsir: 45(g)Cuk: 1(g)Só:4.17(g) Tel.Zs: 17(g)Ca: 197(mg)	d.lencsegulyás-sertéshússal (Zeller.) d.kakaós csiga E:2 598(Kj) 621(KCal) F: 22(g)Kol: 38(g)Sz: 73(g) Zsir: 26(g)Cuk: 8(g)Só:1.34(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 53(mg)
Uzsonna				

2025.09.22 - 2025.09.28.

<i>Hétfő</i> 2025.09.22	<i>Kedd</i> 2025.09.23.	<i>Szerda</i> 2025.09.24.	<i>Csütörtök</i> 2025.09.25.	<i>Péntek</i> 2025.09.26.
Tízórai burgonyás kifli 100 g (Tej,Tojás,Glutén.) tv.paprika trappista sajt (Tej.) d.delma light E:14 006(Kj) 3 351(KCal) F:106(g)Kol: 43(g)Sz:541(g) Zsir: 77(g)Cuk: 51(g)Só:11,76(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 244(mg)	vajkrém-zöldfűszeres (Tej.) zabpelyhes zsemle (Glutén.) zöldséges felvágott E: 793(Kj) 190(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 2(g) Zsir: 17(g)Cuk: 1(g)Só:1,12(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 10(mg)	graham kenyér TK (Glutén,Tojás,Szójabab,Tej,Diófélék,Szezám-mag.) zala felvágott d.delma light kápia paprika E: 707(Kj) 169(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 6(g) Zsir: 13(g)Cuk: 0(g)Só:1,06(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 17(mg)	tejeskifli (Glutén,Tej.) jégsapretek kockasajt (Tej.) E:2 081(Kj) 498(KCal) F: 23(g)Kol:280(g)Sz: 39(g) Zsir: 29(g)Cuk: 2(g)Só:4,53(g) Tel.Zs: 43(g)Ca: 21(mg)	csirkemájpástétom (Tej,Zeller.) vizes zsemle (Glutén.) uborka E: 966(Kj) 231(KCal) F: 12(g)Kol:215(g)Sz: 27(g) Zsir: 8(g)Cuk: 1(g)Só:1,11(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 12(mg)
Ebéd zellerkrémleves pirított zöldségekkel (Tej,Zeller,Glutén,Tojás,Mustár.) d.zöldséges ragu (Zeller.) bulgur (Glutén,Tojás,Tej,Zeller,Mustár.) E:3 135(Kj) 750(KCal) F: 23(g)Kol: 42(g)Sz:112(g) Zsir: 24(g)Cuk: 3(g)Só:2,49(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 43(mg)	tavaszi leves (Glutén,Tojás,Tej,Zeller,Mustár.) sertéspörkölt (Glutén,Zeller,Tojás,Tej,Mustár.) sárgaborsó főzelék (Glutén,Tojás,Tej,Zeller,Mustár.) E:2 057(Kj) 492(KCal) F: 28(g)Kol: 58(g)Sz: 42(g) Zsir: 27(g)Cuk: 3(g)Só:1,55(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 61(mg)	májgaluska leves (Zeller,Glutén,Tojás,Tej,Mustár.) bácskai rizseshús (Zeller.) E:1 956(Kj) 468(KCal) F: 16(g)Kol: 46(g)Sz: 50(g) Zsir: 23(g)Cuk: 2(g)Só:1,88(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 20(mg)	gombagulyás (Glutén,Tojás,Tej,Zeller,Mustár.) sajtos tejfölös szelet (Tej,Glutén.) tört burgonya E:2 727(Kj) 652(KCal) F: 33(g)Kol: 46(g)Sz: 50(g) Zsir: 37(g)Cuk: 2(g)Só:2,93(g) Tel.Zs: 14(g)Ca: 332(mg)	lencsegulyás-sertéshússal (Glutén,Tojás,Tej,Zeller,Mustár.) d.kakaós csiga E:2 322(Kj) 555(KCal) F: 18(g)Kol: 30(g)Sz: 68(g) Zsir: 23(g)Cuk: 8(g)Só:0,70(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 42(mg)
Uzsonna graham kenyér TK (Glutén,Tojás,Szójabab,Tej,Diófélék,Szezám-mag.) sajtkrém-natúr (Tej.) bécsi felvágott uborka E: 482(Kj) 115(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 7(g) Zsir: 7(g)Cuk: 2(g)Só:0,49(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 242(mg)	d.vaníliakrém batyu E:1 287(Kj) 308(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 39(g) Zsir: 13(g)Cuk: 0(g)Só:0,39(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 0(mg)	d.lekváros táská E:2 386(Kj) 571(KCal) F: 2(g)Kol: 0(g)Sz: 86(g) Zsir: 13(g)Cuk: 16(g)Só:0,40(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	teljeskiőrlésű búzakenyér (Glutén.) sajtos turista (Tej.) uborka d.delma light E: 330(Kj) 79(KCal) F: 2(g)Kol: 0(g)Sz: 5(g) Zsir: 6(g)Cuk: 0(g)Só:0,39(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 25(mg)	d.meggyes-vanília táská d.édes keksz (Szójabab.) E:1 920(Kj) 459(KCal) F: 12(g)Kol: 0(g)Sz: 69(g) Zsir: 10(g)Cuk: 18(g)Só:0,59(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 0(mg)