

ÉTLAP

2025.MÁJUS 26-MÁJUS 30

Iskola, Normál	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej (7) Áfonya extradzsem (12) Liga margarin Félbarna kenyér (1) energia 283 kcal szénhidr.46,4 g fehérje 10,4 g cukor 21,8 g zsír 7,5 g só 0 g telített zsír 0 g	Gyümölcs tea (12) Liga margarin Reszelt trappista sajt (7) Vizes zsemle (1) Paradicsom energia 268 kcal szénhidr.29,7 g fehérje 8 g cukor 5,7 g zsír 6,2 g só 0,8 g telített zsír 0 g	Csipkebogyó tea (12) Zöldhagymás túrókrém (7) Teljeskiőrlésű zsemle (1) energia 291 kcal szénhidr.38,2 g fehérje 14,1 g cukor 8,6 g zsír 8,8 g só 0,2 g telített zsír 0 g	Kakaó (6,7) Fatörzs kifli (1,3,7) energia 291 kcal szénhidr.38,2 g fehérje 14,1 g cukor 8,6 g zsír 8,8 g só 0,2 g telített zsír 0 g	Tej (7) Magyaros tojáskrém (3) Félbarna kenyér (1) Hónapos retek energia 291 kcal szénhidr.38,2 g fehérje 14,1 g cukor 8,6 g zsír 8,8 g só 0,2 g telített zsír 0 g
Ebéd	Daragaluska leves (1,3,9) Vadas sertésragu (1,7,9,10,12) Makaróni durum tészta (1) Alma energia 753 kcal szénhidr.58,9 g fehérje 15,9 g cukor 12,6 g zsír 13,2 g só 0,9 g telített zsír 0 g	Gyümölcsleves (1,7,12) Paprikás burgonya, virslivel (12) Almás céklasaláta energia 743 kcal szénhidr.54,6 g fehérje 23,5 g cukor 14,4 g zsír 18,7 g só 0,8 g telített zsír 0 g	Lencseleves (1,7) Rántott halrúd /sütőben sütvé/ (1,3,7) Petrezselymes rizs Tartár mártás (7) energia 733 kcal szénhidr.58,2 g fehérje 17,5 g cukor 29 g zsír 12,8 g só 0,2 g telített zsír 0 g	Köményleves (1) Cukkini főzelék (1,7) Csirkepörkölt (1) Félbarna kenyér (1) energia 751 kcal szénhidr.58,2 g fehérje 17,5 g cukor 29 g zsír 12,8 g só 0,2 g telített zsír 0 g	Becsinált leves (1,9) Túrós Pogácsa (1,3,7) Alma energia 747 kcal szénhidr.58,2 g fehérje 17,5 g cukor 29 g zsír 12,8 g só 0,2 g telített zsír 0 g
Uzsonna	Snidlinges sajtkrém Ca+ (7) Teljeskiőrlésű kifli (1,7) Paprika energia 257 kcal szénhidr.25,3 g fehérje 13,3 g cukor 1,2 g zsír 13,3 g só 0,5 g telített zsír 0 g	Lenmagos szendvicsskrém Sertés párizsi Teljeskiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka energia 289 kcal szénhidr.25,6 g fehérje 12,8 g cukor 8 g zsír 4,3 g só 1,2 g telített zsír 0 g	Keksz (1,3,7) Gyümölcs saláta energia 278 kcal szénhidr.24,6 g fehérje 7 g cukor 1,7 g zsír 5,4 g só 1,4 g telített zsír 0 g	Csészes margarin Gépsonka Teljeskiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka energia 248 kcal szénhidr.24,6 g fehérje 7 g cukor 1,7 g zsír 5,4 g só 1,4 g telített zsír 0 g	Tőkehalmájkrém (4) Teljeskiőrlésű zsemle (1) Póréhagyma energia 278 kcal szénhidr.24,6 g fehérje 7 g cukor 1,7 g zsír 5,4 g só 1,4 g telített zsír 0 g

Allergének: 1-glutén, 2-rák, 3-tojások, 4-hal, 5-földimogyoró, 6-szójabab, 7-tej, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szezám, 12-kén-dioxid, 13-csillagfűrt, 14-puhatestűek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Kérdés esetén hívható: 0630/507-1397

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNK!