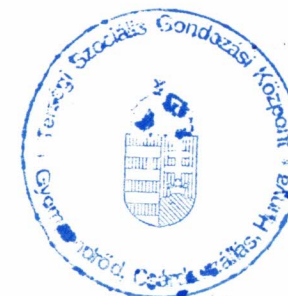


Általános iskola 7-10 (egyszeri étkezés) ebéd

Étkezés	2026.05.26 Kedd	2026.05.27 Szerda	2026.05.28 Csütörtök	2026.05.29 Péntek
Ebéd	<p>Pulykanyaka leves^{1,3,9} E: 120kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 11g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 3,1g</p> <p>Tartármártás^{3,7,10} E: 95kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 5g, Feh.: 1g, CH: 2g, Cuk: 1g, Só: 0,3g</p> <p>Halrudacska rántva^{1,3,4} E: 308kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 1g, Feh.: 16g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p>Párolt rizs E: 298kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 52g, Cuk: 0g, Só: 2,5g</p>	<p>Fahéjas szilvaleves^{1,7} E: 163kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 42g, Cuk: 24g, Só: 0,5g</p> <p>Rántott csirkemell tepsin sütvé^{1,3} E: 170kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 21g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 1,0g</p> <p>Burgonyapüré⁷ E: 230kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 34g, Cuk: 0g, Só: 1,1g</p> <p>Vegyes vágott E: 36kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 2,4g</p>	<p>Parasztgaluska leves^{1,3} E: 105kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 2,0g</p> <p>Majorannás tokány¹ E: 165kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 2g, Feh.: 17g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p> <p>Orsó tészta¹ E: 260kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 8g, CH: 47g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p>Forma kenyér¹ E: 53kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p> <p>Túrórudi^{5,6,7,8} E: 106kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 5g, Feh.: 3g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p>Lencseleves virslivel^{1,6,8,10,11} E: 280kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 1g, Feh.: 13g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 3,0g</p> <p>Prézlis tészta¹ E: 457kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 10g, CH: 95g, Cuk: 26g, Só: 1,0g</p> <p>Alma E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>

Allergének:

1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt



Handwritten signature or initials in blue ink.

Általános iskola 11-14 (egyszeri étkezés) ebéd

Étkezés	2026.05.26 Kedd	2026.05.27 Szerda	2026.05.28 Csütörtök	2026.05.29 Péntek
Ebéd	<p>Pulykanyaka leves^{1,3,9} E: 132kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 13g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 3,1g</p> <p>Halrudacska rántva^{1,3,4} E: 308kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 1g, Feh.: 16g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p>Tartármártás^{3,7,10} E: 95kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 5g, Feh.: 1g, CH: 2g, Cuk: 1g, Só: 0,3g</p> <p>Párolt rizs E: 333kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 6g, CH: 60g, Cuk: 0g, Só: 2,5g</p>	<p>Fahéjas szilvaleves^{1,7} E: 155kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 39g, Cuk: 19g, Só: 0,5g</p> <p>Rántott csirkemell tepsin sütve^{1,3} E: 185kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 23g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 1,0g</p> <p>Burgonyapüré⁷ E: 244kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 37g, Cuk: 0g, Só: 1,1g</p> <p>Vegyes vágott E: 36kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 2,4g</p>	<p>Parasztgaluska leves^{1,3} E: 105kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 2,0g</p> <p>Majorannás tokány¹ E: 182kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 2g, Feh.: 19g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p> <p>Orsó tészta¹ E: 269kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 8g, CH: 47g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p>Forma kenyér¹ E: 53kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p> <p>Túrórudi^{5,6,7,8} E: 106kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 5g, Feh.: 3g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p>Lencseleves virslivel^{1,6,8,10,11} E: 291kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 0g, Feh.: 15g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 3,0g</p> <p>Prézlis tészta¹ E: 465kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 10g, CH: 96g, Cuk: 27g, Só: 1,0g</p> <p>Alma E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>

Allergének:

1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt



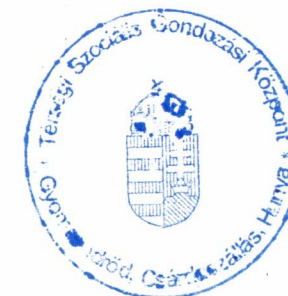
11-14

Általános iskola glutén szegény és laktózmentes 11-14 (egyszeri

Étkezés	2026.05.26 Kedd	2026.05.27 Szerda	2026.05.28 Csütörtök	2026.05.29 Péntek
Ebéd	Pulykanyaka leves gsz.-tojásm.⁹ E: 119kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 10g, CH: 13g, Cuk: 0g Só: 1,1g Halrudacska rántva gsz., tojásm.⁴ E: 263kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 0g, Feh.: 15g, CH: 20g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Párolt rizs E: 333kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 6g, CH: 60g, Cuk: 0g, Só: 2,5g Almabefőtt E: 38kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Fahéjas szilvaleves gsz.-lm. E: 158kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 43g, Cuk: 24g, Só: 0,5g Grillezett szelet E: 138kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 25g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 2,2g Burgonyapüré tejmentes E: 149kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Vegyes vágott E: 36kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 2,4g	Hamis gulyásleves gsz.-tojásm. E: 185kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 2,1g Majorannás tokány gsz. E: 199kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 2g, Feh.: 19g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 2,7g Orsó tészta gsz. E: 314kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 62g, Cuk: 0g, Só: 0,2g Nápolyi szelet gsz. lm¹ E: 248kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	Lencseleves virslivel gsz.^{1,6,8,10,11} E: 228kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 0g, Feh.: 13g, CH: 20g, Cuk: 0g, Só: 2,1g Krumplis tészta gsz. E: 479kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 6g, CH: 85g, Cuk: 0g, Só: 1,7g Alma E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g

Allergének:

1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt



Handwritten signature

A változás jogát fenntartjuk!