

Hétfő 2026.04.20	Kedd 2026.04.21.	Szerda 2026.04.22.	Csütörtök 2026.04.23.	Péntek 2026.04.24.
Tízórai Gyümölcs tea Kenyér (01.) Kenőmájás E:1 032(Kj) 247(KCal) F: 7(g)Kol: 34(g)Sz: 32(g) Zsir: 5(g)Cuk: 10(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Tej (07.) Kakaós kalács (01,03.) Margarin E:1 557(Kj) 373(KCal) F: 14(g)Kol: 24(g)Sz: 55(g) Zsir: 10(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Gyümölcs tea Zsemle (01.) Margarin Felvágott (06.) Sárgarépa hasáb E:1 515(Kj) 363(KCal) F: 11(g)Kol: 40(g)Sz: 37(g) Zsir: 13(g)Cuk: 10(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Kakaós tej (07.) Kifli (01,07.) E:1 460(Kj) 349(KCal) F: 16(g)Kol: 42(g)Sz: 44(g) Zsir: 6(g)Cuk: 10(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Gyümölcs tea Kenyér (01.) Margarin Uzsonna sonka (06.) Paradicsom E:1 207(Kj) 289(KCal) F: 14(g)Kol: 16(g)Sz: 35(g) Zsir: 5(g)Cuk: 10(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)
Ebéd Jókai zöldbab leves (01,09.) Tarhonyás hús (01.) Savanyúság Gyümölcs E:1 314(Kj) 314(KCal) F: 15(g)Kol: 22(g)Sz: 44(g) Zsir: 7(g)Cuk: 0(g)Só:2,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Alföldi gulyásleves (09.) Tejbedara (07,01.) Kakaó szórással E:2 129(Kj) 509(KCal) F: 19(g)Kol: 63(g)Sz: 58(g) Zsir: 11(g)Cuk: 18(g)Só:2,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Paradicsom leves (01,09.) Pince pörkölt burgonyával Jégsaláta E:2 678(Kj) 641(KCal) F: 25(g)Kol: 46(g)Sz: 88(g) Zsir: 13(g)Cuk: 13(g)Só:4,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Húsleves (09,01,03.) Sertés apró vadas mártásban (07,09,01,10.) Makaróni (01,03.) E:2 815(Kj) 673(KCal) F: 27(g)Kol: 88(g)Sz:101(g) Zsir: 13(g)Cuk: 3(g)Só:3,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Lebbencs leves (01,03.) Paradicsomos káposzta főzelék Sült virsli (06.) E:2 559(Kj) 612(KCal) F: 25(g)Kol: 87(g)Sz: 67(g) Zsir: 21(g)Cuk: 9(g)Só:2,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)
Uzsonna Kenyér (01.) Zöldfűszeres vajkrém (07,03.) E: 658(Kj) 157(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 31(g) Zsir: 1(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Kenyér (01.) Margarin Kométa zala felvágott (06.) Kigyo uborka E:1 329(Kj) 318(KCal) F: 14(g)Kol: 0(g)Sz: 33(g) Zsir: 14(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Kenyér (01.) Margarin Sárgabaracklekvár E: 938(Kj) 224(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 44(g) Zsir: 2(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Kenyér (01.) Császárszalonna (06.) Lilahagyma E:1 682(Kj) 402(KCal) F: 9(g)Kol: 21(g)Sz: 37(g) Zsir: 22(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Sajtos perec (01,03,07.) E: 372(Kj) 89(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 13(g) Zsir: 9(g)Cuk: 0(g)Só:0,10(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)

01=Gluténmentes,02=Rakott,03=Tojás,04=Halak,05=Földimogyoró,06=Szójabab,07=Tej,08=Diófélék,09=Zeller,10=Mustár,11=Szezám,12=Kén-dioxid,13=Csillagfürt,14=Puhatestűek,

Ételmezésvezető

ISKOLA DIÉTÁS

ÉTLAP 17.hét

2026.04.20-24

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	
Tejmentes	Ebéd	Jókai zöldbab leves GM Tarhonyás hús Savanyúság Gyümölcs	Alföldi gulyásleves GM Káposztás kocka	Paradicsom leves Pince pörkölt burgonyával Jégsaláta	Húsleves Sertés apró vadas mártásban GM Makaróni	GM Lebbencs leves Finom főzelék Sült virsli
Gluténmentes	Ebéd	Jókai zöldbab leves GM Tarhonyás hús Savanyúság Gyümölcs	Alföldi gulyásleves GM Káposztás kocka	Paradicsom leves Pince pörkölt burgonyával Jégsaláta	Húsleves Sertés apró vadas mártásban GM Makaróni	GM Lebbencs leves Finom főzelék Sült virsli
Tej-Tojásmentes	Ebéd	Jókai zöldbab leves GM Tarhonyás hús Savanyúság Gyümölcs	Alföldi gulyásleves GM Káposztás kocka	Paradicsom leves Pince pörkölt burgonyával Jégsaláta	Húsleves Sertés apró vadas mártásban GM Makaróni	GM Lebbencs leves Finom főzelék Sült virsli

Jó étvágyat kívánunk!

CHRISSTEAM KFT.

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk