

Hétfő 2026.05.04	Kedd 2026.05.05.	Szerda 2026.05.06.	Csütörtök 2026.05.07.	Péntek 2026.05.08.
Tízórai Gyümölcs tea Kenyér (01.) Kaisermájás E:1 129(Kj) 270(KCal) F: 9(g)Kol:140(g)Sz: 34(g) Zsír: 7(g)Cuk: 10(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Tej (07.) Briós (01,03.) E:1 134(Kj) 271(KCal) F: 12(g)Kol: 24(g)Sz: 39(g) Zsír: 7(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Gyümölcs tea Foszlós kalács (01,03.) Vaníliás krémtúró (07,03.) E:2 291(Kj) 548(KCal) F: 16(g)Kol: 20(g)Sz: 88(g) Zsír: 9(g)Cuk: 10(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Karamell (07.) Rozsos kifli (01.) E:1 049(Kj) 251(KCal) F: 11(g)Kol: 24(g)Sz: 31(g) Zsír: 4(g)Cuk: 10(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Gyümölcs tea Kenyér (01.) Snidlinges tojáspástétom (03,07.) E: 977(Kj) 234(KCal) F: 8(g)Kol:106(g)Sz: 32(g) Zsír: 3(g)Cuk: 10(g)Só:1,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)
Ebéd Karfiol leves (01,03.) Csikós tokány (07.) Orsótészta(durum) (01,03.) E:2 508(Kj) 600(KCal) F: 25(g)Kol: 84(g)Sz: 94(g) Zsír: 10(g)Cuk: 0(g)Só:3,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Csont leves Lucskos káposzta (01.) sertés hússal Gyümölcs E: 786(Kj) 188(KCal) F: 8(g)Kol: 26(g)Sz: 24(g) Zsír: 4(g)Cuk: 0(g)Só:2,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Görög gyümölcs leves (07,01.) Lecsós virsli (06.) Tarhonya (01,03.) E:3 149(Kj) 753(KCal) F: 27(g)Kol:104(g)Sz: 96(g) Zsír: 23(g)Cuk: 6(g)Só:2,50(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Fokhagyma krémleves (01.) Levesgyöngy (01.) Rántott csirkecomb (01,03.) Burgonya köret E:2 243(Kj) 537(KCal) F: 32(g)Kol: 50(g)Sz: 90(g) Zsír: 4(g)Cuk: 0(g)Só:3,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Zöldséges fejtett bableves Füstölt csülökkel Piskóta kocka (03,01,07.) Csoki öntet (07,01.) E:2 729(Kj) 653(KCal) F: 33(g)Kol:211(g)Sz: 71(g) Zsír: 21(g)Cuk: 8(g)Só:2,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)
Uzsonna Kenyér (01.) Magyaros vajkrém (07.) Lilahagyma E: 993(Kj) 238(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 33(g) Zsír: 6(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Kenyér (01.) Margarin Csirkecomb sonka (06.) E: 722(Kj) 173(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 31(g) Zsír: 2(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Kenyér (01.) Margarin Paprikás szalámi (06.) Paradicsom E:1 164(Kj) 278(KCal) F: 10(g)Kol: 34(g)Sz: 34(g) Zsír: 10(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Kenyér (01.) Margarin Szerencse szelet Zöldpaprika E: 767(Kj) 183(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 33(g) Zsír: 3(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Fahéjas csiga (01,03.) E:1 075(Kj) 257(KCal) F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 31(g) Zsír: 12(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)

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

Élelmiszervezető

ISKOLA DIÉTÁS

ÉTLAP 19.hét

2026.05.04-08

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tejmentes	Ebéd Karfiol leves Csikós tokány GM Orsó tészta	Ebéd Csont leves Lucskos káposzta sertés hússal Gyümölcs	Ebéd Görög gyümölcsleves Lecsós virsli GM Tarhonya	Ebéd Fokhagyma krémleves Kukorica pehely Grill csirkecomb Burgonya köret	Ebéd Zöldséges fehérbab leves füstölt csülökkel Tejberizs Kakaó szórát
Glutén mentes	Ebéd Karfiol leves Csikós tokány GM Orsó tészta	Ebéd Csont leves Lucskos káposzta sertés hússal Gyümölcs	Ebéd Görög gyümölcsleves Lecsós virsli GM Tarhonya	Ebéd Fokhagyma krémleves Kukorica pehely Grill csirkecomb Burgonya köret	Ebéd Zöldséges fehérbab leves füstölt csülökkel Tejberizs Kakaó szórát
Tej-Tojás mentes	Ebéd Karfiol leves Csikós tokány GM Orsó tészta	Ebéd Csont leves Lucskos káposzta sertés hússal Gyümölcs	Ebéd Görög gyümölcsleves Lecsós virsli GM Tarhonya	Ebéd Fokhagyma krémleves Kukorica pehely Grill csirkecomb Burgonya köret	Ebéd Zöldséges fehérbab leves füstölt csülökkel Tejberizs Kakaó szórát

Jó étvágyat kívánunk!

CHRISSTEAM KFT.

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk