

Hétfő 2026.05.25	Kedd 2026.05.26.	Szerda 2026.05.27.	Csütörtök 2026.05.28.	Péntek 2026.05.29.
Tízórai	Gyümölcs tea Kenyér (01.) Margarin Szelet sajt E: 1 469(Kj) 351(KCal) F: 65(g)Kol: 0(g)Sz: 106(g) Zsir: 22(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) Zsir: 7(g)Cuk: 0(g)Só: 0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Kefir (07.) Rozsos kifli (01.) E: 607(Kj) 145(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 25(g) Zsir: 1(g)Cuk: 0(g)Só: 0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Gyümölcs tea Kenyér (01.) Snidlinges tojáspestétom (03,07.) E: 977(Kj) 234(KCal) F: 8(g)Kol: 106(g)Sz: 32(g) Zsir: 3(g)Cuk: 10(g)Só: 1,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)
Ebéd	Csont leves (01,03.) Zöldborsó főzelék (07,01.) Valdorfdinó (07,01,03.) E: 2 256(Kj) 540(KCal) F: 55(g)Kol: 25(g)Sz: 129(g) Zsir: 16(g)Cuk: 0(g)Só: 2,10(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Sertésbecsináltleves (09,01.) Darás metélt (01,03.) Gyümölcs öntet E: 2 881(Kj) 689(KCal) F: 20(g)Kol: 51(g)Sz: 61(g) Zsir: 48(g)Cuk: 30(g)Só: 2,80(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Karfiol leves (01,03.) Pince pörkölt burgonyával Vegyes vágott savanyúság E: 3 125(Kj) 748(KCal) F: 32(g)Kol: 68(g)Sz: 117(g) Zsir: 14(g)Cuk: 0(g)Só: 3,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Karamellás körte leves Rántott halrudak (01,03,04.) Párolt rizskörlet Tartár mártás (07,10.) E: 3 126(Kj) 748(KCal) F: 38(g)Kol: 64(g)Sz: 191(g) Zsir: 23(g)Cuk: 8(g)Só: 3,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)
Uzsonna	Kenyér (01.) Margarin Sárgabaracklekvár E: 829(Kj) 198(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 38(g) Zsir: 2(g)Cuk: 0(g)Só: 0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Kenyér (01.) Margarin Zala felvágott (06.) Paradicsom E: 793(Kj) 190(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 34(g) Zsir: 3(g)Cuk: 0(g)Só: 0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Teljes kiőrlésű kenyér (03,07,01.) Margarin Uzsonna sonka (06.) Zöld paprika E: 1 148(Kj) 275(KCal) F: 16(g)Kol: 16(g)Sz: 9(g) Zsir: 5(g)Cuk: 0(g)Só: 0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Csokis croissant (01,07.) E: 1 037(Kj) 248(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 4(g) Zsir: 2(g)Cuk: 0(g)Só: 0,10(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)

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

Élelmezésvezető

ISKOLA DIÉTÁS

ÉTLAP 22.hét

2026.05.25-29

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tejmentes	Ebéd	Csont leves Finom főzelék Natúr szelet	Sertés becsináltleves Kukorica darás metélt Gyümölcs öntet	Karfiol leves Pincepörkölt burgonyával Vegyes vágott savanyú	Karamellás körte leves Bácskai rizseshús Káposzta saláta
Gluténmentes	Ebéd	Csont leves Finom főzelék Natúr szelet	Sertés becsináltleves Kukorica darás metélt Gyümölcs öntet	Karfiol leves Pincepörkölt burgonyával Vegyes vágott savanyú	Karamellás körte leves Bácskai rizseshús Káposzta saláta
Tej-Tojásmentes	Ebéd	Csont leves Finom főzelék Natúr szelet	Sertés becsináltleves Kukorica darás metélt Gyümölcs öntet	Karfiol leves Pincepörkölt burgonyával Vegyes vágott savanyú	Karamellás körte leves Bácskai rizseshús, Káposzta saláta

Jó étvágyat kívánunk!

CHRISSTEAM KFT.

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk