

<i>Hétfő</i> 2026.09.14	<i>Kedd</i> 2026.09.15.	<i>Szerda</i> 2026.09.16.	<i>Csütörtök</i> 2026.09.17.	<i>Péntek</i> 2026.09.18.
Tízórai Gyümölcs tea Félbarna kenyér (01,) Margarin (07,) Sárgabarack lekvár E:1 137(Kj) 272(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 41(g) Zsir: 1(g)Cuk: 9(g)Só:0,23(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 4(mg)	Tej (07,) Teljes kiőrlésű kenyér (01,) Vajkrém zöldfüszeres (07,) E:1 761(Kj) 421(KCal) F: 17(g)Kol: 35(g)Sz: 58(g) Zsir: 12(g)Cuk: 1(g)Só:0,22(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 289(mg)	Gyümölcs tea Kenyer (01,) Főtt virsli (01,03,) Ketchup E:1 455(Kj) 348(KCal) F: 14(g)Kol: 43(g)Sz: 41(g) Zsir: 13(g)Cuk: 4(g)Só:1,18(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 7(mg)	Tejeskávé (07,) Foszlós kalács (01,03,) E:1 610(Kj) 385(KCal) F: 14(g)Kol: 28(g)Sz: 63(g) Zsir: 7(g)Cuk: 8(g)Só:0,01(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 230(mg)	Gyümölcs tea Graham kenyér (01,) Padlizsánkrém (07,) Lila hagyma E:1 208(Kj) 289(KCal) F: 10(g)Kol: 1(g)Sz: 56(g) Zsir: 4(g)Cuk: 4(g)Só:0,23(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 12(mg)
Ebéd Tojás leves (03,01,) Csirkepaprikás (07,) Bulgur (01,) E:1 623(Kj) 388(KCal) F: 14(g)Kol:212(g)Sz: 40(g) Zsir: 18(g)Cuk: 1(g)Só:0,87(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 63(mg)	Zöldborsó leves (01,09,03,) Bolognai makaróni (01,03,) Reszelt sajt (07,) E:2 792(Kj) 668(KCal) F: 28(g)Kol: 85(g)Sz: 75(g) Zsir: 25(g)Cuk: 0(g)Só:2,15(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 245(mg)	Rozmaringos zöldség leves (01,03,) Rántott halrudak (04,) Párolt rizs Tartár mártás (07,10,) E:4 943(Kj) 1 182(KCal) F: 63(g)Kol: 14(g)Sz: 57(g) Zsir: 83(g)Cuk: 1(g)Só:1,11(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 148(mg)	Húsleves csigatésztával (01,03,) Paradicsomos káposzta főzelék (01,03,) Sült virsli. (01,03,07,) Kinder tejszelet (01,03,) E:3 664(Kj) 877(KCal) F: 33(g)Kol:113(g)Sz:103(g) Zsir: 32(g)Cuk: 5(g)Só:2,17(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 236(mg)	Tejszínes görög gyümölcsleves (01,03,07,) Carbonara szósz penne tésztával (01,03,07,) Reszelt sajt (07,) E:3 287(Kj) 786(KCal) F: 28(g)Kol:111(g)Sz:105(g) Zsir: 26(g)Cuk: 14(g)Só:1,02(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 265(mg)
Úzsonna Korpás kifli (01,) Kocka sajt (07,) E: 708(Kj) 169(KCal) F: 11(g)Kol: 32(g)Sz: 46(g) Zsir: 9(g)Cuk: 0(g)Só:0,31(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 171(mg)	Zsemle (01,) Margarin (07,) Diákcsemege felvágott Paradicsom E:1 659(Kj) 397(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 34(g) Zsir: 2(g)Cuk: 0(g)Só:0,46(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 21(mg)	Sajtos pogácsa (01,07,03,) Alma E:1 119(Kj) 268(KCal) F: 8(g)Kol: 43(g)Sz: 39(g) Zsir: 9(g)Cuk: 1(g)Só:0,54(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 53(mg)	Teljes kiőrlésű kenyér (01,) Margarin (07,) Lőcsbús (01,03,) Paprika (01,03,) E:1 713(Kj) 410(KCal) F: 13(g)Kol: 26(g)Sz: 46(g) Zsir: 11(g)Cuk: 0(g)Só:1,28(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 35(mg)	Meggyes-túrós papucs (01,03,07,) E:1 185(Kj) 284(KCal) F: 8(g)Kol: 15(g)Sz: 28(g) Zsir: 15(g)Cuk: 0(g)Só:0,01(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 24(mg)

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

Élelmezésvezető

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tejmentes	Ebéd	Ivólé Csirkepörkölt Tésztetekoret	Zöldborsó leves Kapros tökfőzelék Sülthús	Zöldség leves Bácskai rizseshús	Húsleves Zöldbab főzelék Sült virsli Gesztenye szív	Görög gyümölcs leves Káposztás kocka
Glutén mentes	Ebéd	Ivólé Csirkepörkölt GM Tésztetekoret	Zöldborsó leves Kapros tökfőzelék Sülthús	Zöldség leves Bácskai rizseshús	Húsleves Zöldbab főzelék Sült virsli Gesztenye szív	Görög gyümölcs leves GM Káposztás kocka
Tej-Tojás mentes	Ebéd	Ivólé Csirkepörkölt GM Tésztetekoret	Zöldborsó leves Kapros tökfőzelék Sülthús	Zöldség leves Bácskai rizseshús	Húsleves Zöldbab főzelék Sült virsli Gesztenye szív	Görög gyümölcs leves GM Káposztás kocka