

Általános iskola 7-10 (egyszeri étkezés) ebéd

2026. június 15 - 2026. június 19

Étkezés	2026.06.15 Hétfő	2026.06.16 Kedd	2026.06.17 Szerda	2026.06.18 Csütörtök	2026.06.19 Péntek
Ebéd	Lebbencsleves¹ E: 109kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 17g, Cuk: 0g, Só: 1,1g Sült virsli E: 390kcal, Zsír: 35g, T.zsír: 0g, Feh.: 18g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 2,7g Lencsefőzelék^{1,6,8,10,11} E: 258kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 14g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,6g	Csontleves csigatésztával^{1,3,9} E: 132kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 3,1g Sváb pecsenye E: 192kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 2g, Feh.: 23g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 1,9g Petrezselymes párolt rizs E: 294kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 49g, Cuk: 0g, Só: 1,6g	Tojásleves^{1,3} E: 157kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 2g, Feh.: 3g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 2,1g Halrudacska rántva^{1,3,4} E: 308kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 1g, Feh.: 16g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Burgonyapüré⁷ E: 230kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 34g, Cuk: 0g, Só: 1,1g Csemege uborka E: 3kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Karfiol leves^{1,7} E: 101kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 10g, Cuk: 0g, Só: 2,1g Rakott tészta^{1,3,7} E: 625kcal, Zsír: 33g, T.zsír: 16g, Feh.: 24g, CH: 52g, Cuk: 3g, Só: 2,6g Alma E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Frankfurti leves^{1,7} E: 316kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 1g, Feh.: 11g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 3,7g Túró töltelikes gombóc^{1,3,7} E: 284kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 3g, Feh.: 32g, CH: 148g, Cuk: 12g, Só: 0,6g Barna magvas kenyér^{1,6} E: 47kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,2g

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. Szezám és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt



Handwritten initials/signature

Általános iskola 11-14 (egyszeri étkezés) ebéd

2026. június 15 - 2026. június 19

Étkezés	2026.06.15 Hétfő	2026.06.16 Kedd	2026.06.17 Szerda	2026.06.18 Csütörtök	2026.06.19 Péntek
Ebéd	Lebbencsleves¹ E: 106kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 2,2g Sült virsli E: 400kcal, Zsír: 36g, T.zsír: 0g, Feh.: 18g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 2,7g Lencsefőzelék^{1,6,8,10,11} E: 310kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 17g, CH: 40g, Cuk: 0g, Só: 1,6g	Csontleves csigatésztával^{1,3,4} E: 144kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 3,2g Sváb pecsenye E: 215kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 2g, Feh.: 25g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 2,0g Petrezselymes párolt rizs E: 329kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 6g, CH: 57g, Cuk: 0g, Só: 1,6g	Tojásleves^{1,3} E: 102kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 2,1g Halrudacska rántva^{1,3,4} E: 308kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 1g, Feh.: 16g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Burgonyapüré⁷ E: 244kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 37g, Cuk: 0g, Só: 1,1g Csemege uborka E: 4kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	Karfiol leves^{1,7} E: 114kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 2,1g Rakott tészta^{1,3,7} E: 664kcal, Zsír: 36g, T.zsír: 17g, Feh.: 25g, CH: 52g, Cuk: 3g, Só: 2,6g Alma E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Frankfurti leves^{1,7} E: 342kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 1g, Feh.: 12g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 3,9g Túró töltelékes gombóc^{1,3,7} E: 293kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 3g, Feh.: 32g, CH: 148g, Cuk: 12g, Só: 0,6g Barna magvas kenyér^{1,6} E: 47kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,2g

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. Szezám és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt



Handwritten signatures and initials in blue ink.

Általános iskola gluténszegény 7-10 (egyszeri étkezés) ebéd

2026. június 15 - 2026. június 19

Étkezés	2026.06.15 Hétfő	2026.06.16 Kedd	2026.06.17 Szerda	2026.06.18 Csütörtök	2026.06.19 Péntek
Ebéd	<p>Lebbencsleves gsz. E: 170kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,6g</p> <p>Sült virsli E: 390kcal, Zsír: 35g, T.zsír: 0g, Feh.: 18g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 2,7g</p> <p>Lencsefőzelék gsz. +1,6,8,10,11 E: 262kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 14g, CH: 36g, Cuk: 0g, Só: 0,9g</p>	<p>Csontleves glutén-tojásmentes tésztával⁹ E: 129kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 2,2g</p> <p>Sváb pecsenye E: 192kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 2g, Feh.: 23g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 1,9g</p> <p>Petrezselymes párolt rizs E: 294kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 49g, Cuk: 0g, Só: 1,6g</p>	<p>Tojásleves gsz.³ E: 155kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 2g, Feh.: 3g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 2,1g</p> <p>Halrudacska rántva gsz., tojás⁴ E: 263kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 0g, Feh.: 15g, CH: 20g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p>Burgonyapüré⁷ E: 230kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 34g, Cuk: 0g, Só: 1,1g</p> <p>Csemege uborka E: 3kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,2g</p>	<p>Karfiol leves gsz.⁷ E: 102kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 2,1g</p> <p>Húsos tészta gsz.⁷ E: 643kcal, Zsír: 32g, T.zsír: 16g, Feh.: 19g, CH: 61g, Cuk: 1g, Só: 2,0g</p> <p>Alma E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p>Frankfurti leves gsz.⁷ E: 286kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 1g, Feh.: 10g, CH: 17g, Cuk: 0g, Só: 1,0g</p> <p>Sonkás tészta gsz. E: 371kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 0g, Feh.: 12g, CH: 55g, Cuk: 0g, Só: 2,5g</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. Szezám és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt



Handwritten signature or initials in blue ink.

Étlap

Általános iskola glutén szegény és laktózmentes 11-14 (egyszerű

2026. június 15 - 2026. június 19

Étkezés	2026.06.15 Hétfő	2026.06.16 Kedd	2026.06.17 Szerda	2026.06.18 Csütörtök	2026.06.19 Péntek
Ebéd	<p>Lebbencsleves gsz. E: 113kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 1,6g</p> <p>Sült virsli E: 400kcal, Zsír: 36g, T.zsír: 0g, Feh.: 18g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 2,7g</p> <p>Lencsefőzelék gsz. +1,6,8,10,11 E: 314kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 17g, CH: 42g, Cuk: 0g, Só: 0,9g</p>	<p>Csontleves glutén-tojásmentes tésztaval⁹ E: 140kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 2,2g</p> <p>Sváb pecsenye E: 215kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 2g, Feh.: 25g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 2,0g</p> <p>Petrezselymes párolt rizs E: 329kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 6g, CH: 57g, Cuk: 0g, Só: 1,6g</p>	<p>Tojásleves gsz.³ E: 100kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 2,1g</p> <p>Halrudacska rántva gsz., tojás⁴ E: 263kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 0g, Feh.: 15g, CH: 20g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p>Burgonyapüré tejmentes E: 149kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p> <p>Csemege uborka E: 4kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p>	<p>Karfiol leves gsz.-lm. E: 102kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 10g, Cuk: 0g, Só: 2,0g</p> <p>Húsos tészta gsz.-lm. E: 622kcal, Zsír: 28g, T.zsír: 14g, Feh.: 15g, CH: 67g, Cuk: 1g, Só: 1,4g</p> <p>Alma E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p>Frankfurti leves gsz.-lm.⁷ E: 308kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 1g, Feh.: 11g, CH: 17g, Cuk: 0g, Só: 1,2g</p> <p>Sonkás tészta gsz. E: 415kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 13g, CH: 63g, Cuk: 0g, Só: 2,5g</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



Handwritten signatures in blue ink.