

ÉTLAP

Gastro-Tom Bt		Pannónia Ált.Iskola A		2026. szeptember 1 - 2026. október 2	
2026.08.31 Hétfő	2026.09.01 Kedd	2026.09.02 Szerda	2026.09.03 Csütörtök	2026.09.04 Péntek	
Tea - gyümölcsös, Teljes őrlésű kenyér ¹ , csemege szalámi, margarin E: 340kcal, E: 1 423KJ, Zsír: 16g, Tel. zsír.: 5g, Feh.: 8g, CH: 39g, Só: 1,1g, Ca: 22mg, Cuk.: 10g	Briós ^{1,3,7} , Kakaó ⁷ E: 300kcal, E: 1 257KJ, Zsír: 7g, Tel. zsír.: 1g, Feh.: 12g, CH: 45g, Só: 0,2g, Ca: 249mg, Cuk.: 9g	Zsemle ¹ , gépsonka, Tea - citromos, margarin E: 255kcal, E: 1 067KJ, Zsír: 12g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 16g, CH: 33g, Só: 1,0g, Ca: 23mg, Cuk.: 11g	Májkrém ^{6,7} , Tej ⁷ , Teljes őrlésű kenyér ¹ , Kigyó uborka E: 282kcal, E: 1 183KJ, Zsír: 6g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 14g, CH: 40g, Só: 1,3g, Ca: 264mg, Cuk.: 0g	Párizsi ⁶ , Tea, korpás kenyér ¹ , sárgarépa friss tiszt., margarin E: 293kcal, E: 1 234KJ, Zsír: 12g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 7g, CH: 38g, Só: 1,2g, Ca: 12mg, Cuk.: 7g	
Magyaros burgonyaleves ^{1,9} , Gyümölcs, Csirke nuggets, Zöldborsó főzelék ^{1,7} , Teljes őrlésű kenyér 2dkg ¹ E: 785kcal, E: 3 284KJ, Zsír: 36g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 30g, CH: 83g, Só: 4,6g, Ca: 183mg, Cuk.: 16g	Aranyló jércelevés csigatésztával, Milánói spagetti ^{1,3,6,7} , Sajt szórát ⁷ E: 519kcal, E: 2 190KJ, Zsír: 17g, Tel. zsír.: 5g, Feh.: 29g, CH: 66g, Só: 2,7g, Ca: 181mg, Cuk.: 2g	Lencselevés zöldséges ^{1,7,10} , Alma, Csikóstokány ^{1,7} , Párolt rizs E: 994kcal, E: 4 129KJ, Zsír: 59g, Tel. zsír.: 7g, Feh.: 35g, CH: 98g, Só: 5,2g, Ca: 143mg, Cuk.: 11g	Vegyes gyümölcsleves ^{1,7} , Rántott jércemell ^{1,3} , Petrezselymes burgonya, Csemege uborka E: 702kcal, E: 2 938KJ, Zsír: 24g, Tel. zsír.: 6g, Feh.: 31g, CH: 88g, Só: 2,1g, Ca: 357mg, Cuk.: 28g	Palóc gulyásleves ¹ , Csokiöntet ^{1,7} , Piskóta kocka ^{1,3} , Teljes őrlésű kenyér 2dkg ¹ E: 775kcal, E: 3 242KJ, Zsír: 38g, Tel. zsír.: 12g, Feh.: 25g, CH: 81g, Só: 3,6g, Ca: 183mg, Cuk.: 31g	
korpás zsemle ¹ , Zöldáru paprika, Snidlinges vajkrém ⁷ E: 205kcal, E: 855KJ, Zsír: 9g, Tel.zsír.: 0g, Feh.: 6g, CH: 26g, Só: 0,5g, Ca: 15mg, Cuk.: 1g	Csirkemellsonka ⁶ , Teljes őrlésű kenyér ¹ , paradicsom, margarin E: 250kcal, E: 1 046KJ, Zsír: 9g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 9g, CH: 30g, Só: 1,0g, Ca: 24mg, Cuk.: 1g	Körözött ⁷ , Lilahagyma, búza kenyér ^{1,6} E: 200kcal, E: 218KJ, Zsír: 3g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 10g, CH: 32g, Só: 0,5g, Ca: 33mg, Cuk.: 3g	Kifli ¹ , kockasajt ⁷ E: 187kcal, E: 786KJ, Zsír: 7g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 7g, CH: 24g, Só: 0,7g, Ca: 104mg, Cuk.: 0g	Vajas pogácsa ^{1,3,7} E: 217kcal, E: 912KJ, Zsír: 10g, Tel. zsír.: g, Feh.: 5g, CH: 25g, Só: g, Ca: mg, Cuk.: g	

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. Csillagfűrt

Jó Étvágyat Kívánunk!

Diétás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról és allergénekről érdeklődjön a konyhai személyzetnél, vagy a 06 70 489-9519-es számon! A szükség szerinti étlap változásáért előre is elnézésüket kérjük, megértésüket köszönjük! Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia/kcal/adag), SZH(szénhidr./g/adag), ZSÍR(zsír/tartalom:g/adag), FEH(fehérje/tartalom:g/adag)

ÉTLAP

Gastro-Tom Bt		Pannónia Ált.Iskola A		2026. szeptember 1 - 2026. október 2	
2026.09.07 Hétfő	2026.09.08 Kedd	2026.09.09 Szerda	2026.09.10 Csütörtök	2026.09.11 Péntek	
Paprikás szalámi, Tea- málnás, Teljes őrlésű kenyér¹, margarin E: 292kcal, E: 1 220KJ, Zsír: 13g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 6g, CH: 34g, Só: 1,3g, Ca: 23mg, Cuk.: 6g	Tej⁷, kakaós kalács foszlós^{1,3,6,7} E: 264kcal, E: 1 109KJ, Zsír: 6g, Tel. zsír.: 1g, Feh.: 10g, CH: 40g, Só: 0,4g, Ca: 240mg, Cuk.: g	Padlizsánkrém^{7,10}, Tea- erdei gyümölcs, búza kenyér^{1,6} E: 191kcal, E: 184KJ, Zsír: 1g, Tel.zsír.: 0g, Feh.: 7g, CH: 39g, Só: 0,7g, Ca: 15mg, Cuk.: 2g	Zsemle¹, Pulyka felvágott, Lilahagyma, Tea, margarin E: 212kcal, E: 885KJ, Zsír: 9g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 8g, CH: 37g, Só: 0,8g, Ca: 30mg, Cuk.: 14g	Teljes őrlésű kenyér reggelihez,uzsonnához¹, Zöldáru paprika, szalámikrém⁷, Tej⁷, margarin E: 428kcal, E: 1 792KJ, Zsír: 22g, Tel. zsír.: 5g, Feh.: 14g, CH: 39g, Só: 1,5g, Ca: 265mg, Cuk.: 1g	
Húsgombóc leves^{1,3,9}, Gyümölcs, Burgonyafőzelék^{1,7}, Csibefasírt¹, Teljes őrlésű kenyér 2dkg¹ E: 640kcal, E: 2 101KJ, Zsír: 33g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 21g, CH: 66g, Só: 2,4g, Ca: 77mg, Cuk.: 12g	Zöldbableves¹, Tarhonyáshús¹, Csemege uborka E: 622kcal, E: 2 619KJ, Zsír: 21g, Tel. zsír.: 1g, Feh.: 31g, CH: 74g, Só: 0,6g, Ca: 63mg, Cuk.: 4g	Sajtkrémleves^{1,7}, Gyümölcs, Budapest sertésragu, Bulgur¹ E: 719kcal, E: 3 009KJ, Zsír: 34g, Tel. zsír.: 5g, Feh.: 33g, CH: 71g, Só: 4,5g, Ca: 276mg, Cuk.: 7g	Meggyleves^{1,7}, Sertés sült (kara), Hagymás tört burgonya, csalamádé E: 626kcal, E: 2 619KJ, Zsír: 30g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 22g, CH: 63g, Só: 2,9g, Ca: 87mg, Cuk.: 25g	Tárkonyos sertésragu leves¹, Morzsás nudli lekvárral¹ E: 1 043kcal, E: 4 385KJ, Zsír: 34g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 30g, CH: 152g, Só: 3,6g, Ca: 67mg, Cuk.: 38g	
Zsemle¹, Natúr vajkrém⁷, Kigyó uborka E: 165kcal, E: 684KJ, Zsír: 8g, Tel.zsír.: g, Feh.: 5g, CH: 30g, Só: 0,4g, Ca: 13mg, Cuk.: 7g	Teljes kiőrlésű zsemle¹, Lőncs hús⁶, sárgarépa friss tisz., margarin E: 253kcal, E: 1 058KJ, Zsír: 13g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 6g, CH: 27g, Só: 0,6g, Ca: 9mg, Cuk.: 1g	Teljes őrlésű kenyér reggelihez,uzsonnához¹, Olasz felvágott⁶, margarin, paradicsom E: 392kcal, E: 1 637KJ, Zsír: 24g, Tel. zsír.: 8g, Feh.: 11g, CH: 29g, Só: 1,5g, Ca: 25mg, Cuk.: 0g	Sajtkrém⁷, Teljes őrlésű kenyér¹ E: 205kcal, E: 859KJ, Zsír: 6g, Tel.zsír.: g, Feh.: 7g, CH: 29g, Só: 1,0g, Ca: 99mg, Cuk.: g	Pizzás csiga^{1,7} E: 221kcal, E: 926KJ, Zsír: 12g, Tel. zsír.: g, Feh.: 5g, CH: 23g, Só: 0,6g, Ca: mg, Cuk.: 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 11. Szezám és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

Jó Étvágyat Kívánunk!

Diétás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról és allergénekről érdeklődjön a konyhai személyzetnél, vagy a 06 70 489-9519-es számon! A szükség szerinti étlap változásáért előre is elnézésüket kérjük, megértésüket köszönjük! Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia/kcal/adag), SZH(szénhidr./g/adag), ZSÍR(zsír/tartalom./g/adag), FEH(fehérje/tartalom./g/adag)

ÉTLAP

Gastro-Tom Bt		Pannónia Ált.Iskola A		2026. szeptember 1 - 2026. október 2	
2026.09.14 Hétfő	2026.09.15 Kedd	2026.09.16 Szerda	2026.09.17 Csütörtök	2026.09.18 Péntek	
Teljes kiőrlésű zsemle¹, Magyaros vajkrém⁷, Tea - citromos, Kigyó uborka E: 217kcal, E: 905KJ, Zsír: 8g, Tel.zsír.: g, Feh.: 4g, CH: 31g, Só: 0,3g, Ca: 3mg, Cuk.: 5g	Molnáрка^{1,3,7}, Kakaó⁷ E: 130kcal, E: 546KJ, Zsír: 4g, Tel.zsír.: 0g, Feh.: 7g, CH: 16g, Só: 0,0g, Ca: 242mg, Cuk.: 5g	Egyenes kifli¹, Fokhagymás felvágott⁷, Tea - gyümölcsös, margarin, paradicsom E: 488kcal, E: 1 140KJ, Zsír: 27g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 11g, CH: 41g, Só: 0,3g, Ca: 19mg, Cuk.: 11g	Sajtos kifli^{1,3}, Tej⁷ E: 334kcal, E: 1 396KJ, Zsír: 8g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 17g, CH: 48g, Só: 1,4g, Ca: 345mg, Cuk.: 0g	Szardíniakrém^{4,10}, póréhagyma, Tea- málnás, Teljes őrlésű kenyér¹, margarin E: 436kcal, E: 1 825KJ, Zsír: 27g, Tel. zsír.: 7g, Feh.: 7g, CH: 35g, Só: 1,0g, Ca: 50mg, Cuk.: 9g	
Paradicsomleves^{1,9}, Gyümölcs, Szárnyasrizottó, Sajt szórat⁷ E: 727kcal, E: 3 047KJ, Zsír: 22g, Tel. zsír.: 5g, Feh.: 29g, CH: 99g, Só: 4,3g, Ca: 193mg, Cuk.: 29g	Csontleves eperlevéllel^{1,3}, Tőkfőzelék^{1,7}, Sült baromfi virsli⁶, Teljes őrlésű kenyér 2dkg¹ E: 562kcal, E: 2 356KJ, Zsír: 32g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 18g, CH: 48g, Só: 2,9g, Ca: 122mg, Cuk.: 19g	Tojásleves^{1,3}, Gyümölcs, Sertéspörkölt, Tarhonya köret^{1,3}, csalamádé E: 955kcal, E: 4 003KJ, Zsír: 56g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 28g, CH: 81g, Só: 4,6g, Ca: 50mg, Cuk.: 16g	Fokhagymakrémleves^{1,7}, Négyborsos-mustáros sült csirkemell¹⁰, Vajas burgonya, kenyérkocka¹ E: 561kcal, E: 2 350KJ, Zsír: 24g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 26g, CH: 59g, Só: 3,5g, Ca: 50mg, Cuk.: 2g	Nyírségi gombóclevés^{1,7,9}, Káposztás kocka^{1,3} E: 790kcal, E: 3 326KJ, Zsír: 30g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 23g, CH: 105g, Só: 5,1g, Ca: 69mg, Cuk.: 20g	
Lekvár sárgabarack, búza kenyér^{1,6}, margarin E: 207kcal, E: 250KJ, Zsír: 1g, Tel.zsír.: 0g, Feh.: 6g, CH: 42g, Só: 0,4g, Ca: 4mg, Cuk.: 13g	Pulyka felvágott, Teljes őrlésű kenyér¹, sárgarépa friss tisz., margarin E: 249kcal, E: 1 040KJ, Zsír: 9g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 8g, CH: 30g, Só: 1,4g, Ca: 41mg, Cuk.: 1g	Zöldfűszeres túrókrém⁷, korpás kenyér¹ E: 192kcal, E: 810KJ, Zsír: 3g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 8g, CH: 32g, Só: 0,7g, Ca: 26mg, Cuk.: 1g	Zöldpaprika, Teljes őrlésű kenyér¹, Allergén mentes bécsi felvágott, margarin E: 254kcal, E: 1 065KJ, Zsír: 10g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 9g, CH: 29g, Só: 1,0g, Ca: 19mg, Cuk.: 0g	Csokis párna^{1,3,7} E: 180kcal, E: 753KJ, Zsír: 3g, Tel.zsír.: g, Feh.: 3g, CH: 33g, Só: 0,3g, Ca: mg, Cuk.: 11g	

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. Csillagfűrt

Jó Étvágyat Kívánunk!

Diétás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról és allergénekről érdeklődjön a konyhai személyzetnél, vagy a 06 70 489-9519-es számon! A szükség szerinti étlap változásáért előre is elnézésüket kérjük, megértésüket köszönjük! Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia/kcal/adag), SZH(szénhidr./g/adag), ZSÍR(zsirtartalom/g/adag), FEH(fehérjetartalom/g/adag)

ÉTLAP

Gastro-Tom Bt		Pannónia Ált.Iskola A		2026. szeptember 1 - 2026. október 2	
2026.09.21 Hétfő	2026.09.22 Kedd	2026.09.23 Szerda	2026.09.24 Csütörtök	2026.09.25 Péntek	
Teljes őrlésű kenyér reggelihez,uzsonnához¹, Tea- erdei gyümölcs, margarin, csemege szalámi E: 328kcal, E: 1 375KJ, Zsír: 16g, Tel. zsír.: 5g, Feh.: 8g, CH: 37g, Só: 1,1g, Ca: 22mg, Cuk.: 0g	Brió^{1,3,7}, Tej⁷ E: 274kcal, E: 1 147KJ, Zsír: 7g, Tel. zsír.: 1g, Feh.: 12g, CH: 40g, Só: 0,2g, Ca: 247mg, Cuk.: 4g	Májkrém^{6,7}, Tea, Teljes őrlésű kenyér¹ E: 205kcal, E: 857KJ, Zsír: 3g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 7g, CH: 35g, Só: 1,3g, Ca: 22mg, Cuk.: 6g	Teljes őrlésű kenyér reggelihez,uzsonnához¹, Tojáskrém^{3,10}, Zöldáru paprika, Tea - gyümölcsös E: 376kcal, E: 1 572KJ, Zsír: 18g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 11g, CH: 40g, Só: 1,2g, Ca: 34mg, Cuk.: 11g	Teljes őrlésű kenyér reggelihez,uzsonnához¹, Soproni felvágott, Tej⁷, paradicsom, margarin E: 324kcal, E: 1 357KJ, Zsír: 12g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 11g, CH: 39g, Só: 0,9g, Ca: 261mg, Cuk.: 0g	
Tejfölös burgonyaleves^{1,7}, Gyümölcs, Jóasszony csirke ragu, Párolt rizs E: 632kcal, E: 2 643KJ, Zsír: 32g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 26g, CH: 81g, Só: 2,3g, Ca: 76mg, Cuk.: 10g	Tarhonyaleves¹, Paradicsomos káposzta¹, Csibefasírt¹, Teljes őrlésű kenyér 2dkg¹ E: 614kcal, E: 1 991KJ, Zsír: 25g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 17g, CH: 80g, Só: 1,6g, Ca: 71mg, Cuk.: 30g	Erőleves csigatésztával⁹, Gyümölcs, Pincepörkölt sertésből, Teljes őrlésű kenyér 2dkg¹, csalamádé E: 417kcal, E: 1 745KJ, Zsír: 11g, Tel. zsír.: 0g, Feh.: 20g, CH: 55g, Só: 2,9g, Ca: 88mg, Cuk.: 15g	Citromos almakréMLEVES^{1,7}, Rántott csirkemell^{1,3}, Kukoricás bulgur¹, Csemege uborka E: 732kcal, E: 3 065KJ, Zsír: 15g, Tel. zsír.: 5g, Feh.: 41g, CH: 109g, Só: 1,0g, Ca: 300mg, Cuk.: 22g	Csülkös bableves^{1,3,9}, Szilvatöltelékes gombóc^{1,3}, Teljes őrlésű kenyér 2dkg¹ E: 1 095kcal, E: 4 612KJ, Zsír: 30g, Tel. zsír.: 6g, Feh.: 29g, CH: 173g, Só: 7,1g, Ca: 76mg, Cuk.: 23g	
Zsemle¹, Kigyó uborka, kockasajt⁷ E: 153kcal, E: 638KJ, Zsír: 6g, Tel. zsír.: 3g, Feh.: 8g, CH: 29g, Só: 0,9g, Ca: 103mg, Cuk.: 7g	Teljes őrlésű kenyér reggelihez,uzsonnához¹, Zala felvágott⁶, sárgarépa friss tisz., margarin E: 276kcal, E: 1 153KJ, Zsír: 13g, Tel. zsír.: 4g, Feh.: 8g, CH: 30g, Só: 1,2g, Ca: 30mg, Cuk.: 1g	Magos zsemle¹, Lilahagyma, csirkemell sonka⁶, margarin E: 405kcal, E: 1 697KJ, Zsír: 17g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 16g, CH: 48g, Só: 0,1g, Ca: 8mg, Cuk.: 2g	Teljes kiőrlésű zsemle¹, Párizsi⁶, margarin E: 235kcal, E: 985KJ, Zsír: 12g, Tel. zsír.: 2g, Feh.: 6g, CH: 26g, Só: 0,7g, Ca: 5mg, Cuk.: 0g	Sajtos stangli^{1,3,7} E: 88kcal, E: 371KJ, Zsír: 5g, Tel. zsír.: g, Feh.: 2g, CH: 8g, Só: 0,6g, Ca: mg, Cuk.: g	

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. Csillagfűrt

Jó Étvágyat Kívánunk!

Dietetás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a dietás étlapról és allergénekről érdeklődjön a konyhai személyzetnél, vagy a 06 70 489-9519-es számon! A szükség szerinti étlap változásáért előre is elnézésüket kérjük, megértésüket köszönjük! Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia/kcal/adag), SZH(szénhidr./g/adag), ZSIR(zsirtartalom./g/adag), FEH(fehérjetartalom./g/adag)

ÉTLAP

Gastro-Tom Bt		Pannónia Ált.Iskola A		2026. szeptember 1 - 2026. október 2	
2026.09.28 Hétfő	2026.09.29 Kedd	2026.09.30 Szerda	2026.10.01 Csütörtök	2026.10.02 Péntek	
Paprikás szalámi, Tea - citromos, korpás kenyér¹ E: 213kcal, E: 899KJ, Zsír: 5g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 7g, CH: 35g, Só: 1,1g, Ca: 4mg, Cuk.: 4g	Sajtos kifli^{1,3}, Tej⁷ E: 334kcal, E: 1 396KJ, Zsír: 8g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 17g, CH: 48g, Só: 1,4g, Ca: 345mg, Cuk.: 0g	Zsemle¹, Zala felvágott⁶, Tea - gyümölcsös, margarin E: 250kcal, E: 1 045KJ, Zsír: 12g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 8g, CH: 39g, Só: 0,7g, Ca: 15mg, Cuk.: 17g	Tej⁷, Méz, búza kenyér^{1,6}, margarin E: 365kcal, E: 914KJ, Zsír: 12g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 13g, CH: 52g, Só: 0,5g, Ca: 240mg, Cuk.: 0g	Teljes őrlésű kenyér reggelihez,uzsonnához¹, Tonhalkrém¹⁰, Tea, paradicsom E: 287kcal, E: 1 202KJ, Zsír: 13g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 5g, CH: 35g, Só: 1,1g, Ca: 23mg, Cuk.: 7g	
Sajtkrémleves^{1,7}, Gyümölcs, Tavaszi rizseshús sertéshúsból E: 689kcal, E: 2 886KJ, Zsír: 28g, Tel.zsír.: 5g, Feh.: 33g, CH: 73g, Só: 4,4g, Ca: 268mg, Cuk.: 10g	Reszelt tészta leves^{1,3,9}, Mexikói bab, Teljes őrlésű kenyér 2dkg¹ E: 612kcal, E: 2 568KJ, Zsír: 35g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 23g, CH: 46g, Só: 2,9g, Ca: 37mg, Cuk.: 3g	Erdei gyümölcsleves^{1,7}, Gyümölcs, Bolognai spagetti^{1,3}, Sajt szórát⁷ E: 908kcal, E: 3 819KJ, Zsír: 40g, Tel.zsír.: 6g, Feh.: 37g, CH: 98g, Só: 1,8g, Ca: 405mg, Cuk.: 26g	Márgombóclevés^{1,3}, Zöldborsó főzelék^{1,7}, Sertéspörkölt, Teljes őrlésű kenyér 2dkg¹ E: 856kcal, E: 3 585KJ, Zsír: 50g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 36g, CH: 62g, Só: 5,6g, Ca: 200mg, Cuk.: 14g	Gulyásleves^{1,3}, Túrós tejfölös tészta^{1,3,7}, Teljes őrlésű kenyér 2dkg¹ E: 938kcal, E: 3 949KJ, Zsír: 44g, Tel.zsír.: 5g, Feh.: 38g, CH: 93g, Só: 6,4g, Ca: 112mg, Cuk.: 3g	
Zsemle¹, Kigyó uborka, Snidlinges vajkrém⁷ E: 165kcal, E: 684KJ, Zsír: 8g, Tel.zsír.: g, Feh.: 5g, CH: 30g, Só: 0,4g, Ca: 13mg, Cuk.: 7g	Teljes őrlésű kenyér reggelihez,uzsonnához¹, Zöldáru paprika, löncs felvágott⁶, margarin E: 276kcal, E: 1 154KJ, Zsír: 13g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 7g, CH: 29g, Só: 1,2g, Ca: 23mg, Cuk.: 0g	Körözött⁷, Lilahagyma, korpás kenyér¹ E: 201kcal, E: 850KJ, Zsír: 3g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 9g, CH: 33g, Só: 0,7g, Ca: 33mg, Cuk.: 3g	Zsemle¹, Olasz felvágott⁶, sárgarépa friss tisz., margarin E: 333kcal, E: 1 390KJ, Zsír: 24g, Tel.zsír.: 8g, Feh.: 12g, CH: 30g, Só: 1,0g, Ca: 21mg, Cuk.: 8g	Pizzás csiga^{1,7} E: 221kcal, E: 926KJ, Zsír: 12g, Tel.zsír.: g, Feh.: 5g, CH: 23g, Só: 0,6g, Ca: mg, Cuk.: 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. Csillagfűrt

Jó Étvágyat Kívánunk!

Dietetikus étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a dietás étlapról és allergénekről érdeklődjön a konyhai személyzetnél, vagy a 06 70 489-9519-es számon! A szükség szerinti étlap változásáért előre is elnézésüket kérjük, megértésüket köszönjük! Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia/kcal/adag), SZH(szénhidr./g/adag), ZSÍR(zsirtartalom/g/adag), FEH(fehérjeteralom/g/adag)