

23. hét 2025. június 2 - 2025. június 6				Étlap		15-18 éves			
2025.06.02 Hétfő		2025.06.03 Kedd		2025.06.04 Szerda		2025.06.05 Csütörtök		2025.06.06 Péntek	
Lencsefőzelék **1,7		Zöldségkrémleves ^{1,3,7,9,10}		Halgaluska-leves**1,3,4,7,9,10		Magyaros gombaleves* ¹		Paradicsomleves ^{1,3,7,9}	
E: 446kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 1g, Feh.: 24g, CH: 61g, Cuk: 4g, Só: 0,4g		E: 220kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,1g		E: 194kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 0g, Feh.: 12g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 0,5g		E: 158kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,0g		E: 135kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 21g, Cuk: 2g, Só: 0,1g	
Pulykapörkölt ¹		Leves gyöngy ¹		Mákos metélt ^{1,3,15,16,17}		Húsgombóc csirkemellből ³		Vajas burgonya ⁷	
E: 264kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 0g, Feh.: 22g, CH: 8g, Cuk: 0g, Só: 0,2g		E: 57kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 5g, Cuk: 0g, Só: 0,2g		E: 641kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 0g, Feh.: 19g, CH: 98g, Cuk: 20g, Só: 0,6g		E: 159kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 20g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 0,3g		E: 474kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 0g, Feh.: 8g, CH: 55g, Cuk: 0g, Só: 0,4g	
Citromos rolád ^{1,3}		Csirkecombfilé paprikásan ^{1,7}		Szezonális gyümölcs		Zöldborsófőzelék ^{1,7}		Csirke nuggets sütőben ^{1,3,7}	
E: 173kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 24g, Cuk: 11g, Só: 0,0g		E: 345kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 2g, Feh.: 25g, CH: 17g, Cuk: 0g, Só: 0,2g		E: 96kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 20g, Cuk: 0g, Só: 0,0g		E: 402kcal, Zsír: 18g, T.zsír: 0g, Feh.: 13g, CH: 44g, Cuk: 5g, Só: 0,2g		E: 302kcal, Zsír: 27g, T.zsír: 0g, Feh.: 9g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 1,1g	
Szezonális gyümölcs		Petrezselymes rizs				TK formakenyér ¹		Uborka saláta	
E: 96kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 20g, Cuk: 0g, Só: 0,0g		E: 349kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 62g, Cuk: 0g, Só: 0,0g				E: 141kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,6g		E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 7g, Cuk: 5g, Só: 0,2g	

Az esetleges étlapváltozásokért elnézést kérünk!

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, 15. Dióféléket tartalmazhat, 16. Földimogyorót tartalmazhat, 17. Szezámot tartalmazhat