

48. hét 2025. november 24 - 2025. november 28			Étlap		Középiskola A menü				
2025.11.24 Hétfő		2025.11.25 Kedd		2025.11.26 Szerda		2025.11.27 Csütörtök		2025.11.28 Péntek	
Sertésraguleves ^{1,3,7,9,10} E: 310kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 0g, Feh.: 18g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,3g		Sütőtökrém leves ^{1,3,7,9,10,15} E: 267kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 28g, Cuk: 1g, Só: 0,1g		Zöldségleves ^{1,3,9} E: 226kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 0,0g		Hamis gulyásleves ^{1,3,7,9,10} E: 254kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,2g		Francia hagymaleves ^{1,3,7,9,10} E: 297kcal, Zsír: 18g, T.zsír: 3g, Feh.: 10g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	
Piskóta kocka ^{1,3} E: 263kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 0g, Feh.: 9g, CH: 43g, Cuk: 20g, Só: 0,0g		Pirított tökmag ^{15,16} E: 75kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,0g		TK formakenyér ¹ E: 141kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,6g		Harcsapaprikás ^{1,4,7} E: 313kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 1g, Feh.: 19g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,8g		Vadász sertésszelet ¹ E: 339kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 0g, Feh.: 30g, CH: 8g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	
Csokoládés öntet ^{**1,7} E: 163kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 27g, Cuk: 9g, Só: 0,0g		Bácskai rizseshús sertésből ¹ E: 615kcal, Zsír: 24g, T.zsír: 1g, Feh.: 29g, CH: 70g, Cuk: 0g, Só: 0,4g		Virslj ^{6,10} E: 153kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 0g, Feh.: 8g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 1,8g		Tészta köret ^{1,3} E: 393kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 15g, CH: 73g, Cuk: 0g, Só: 0,6g		Főtt burgonya E: 255kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 50g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	
Szezonális gyümölcs E: 96kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 20g, Cuk: 0g, Só: 0,0g		Mongol saláta ^{10,12} E: 36kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 8g, Cuk: 4g, Só: 0,1g		Sárgaborsó-főzelék ¹ E: 427kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 0g, Feh.: 21g, CH: 58g, Cuk: 0g, Só: 0,4g					
				Szezonális gyümölcs E: 96kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 20g, Cuk: 0g, Só: 0,0g					

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. Szezámag és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfűrt, 15. Dióféléket tartalmazhat, 16. Földimogyorót tartalmazhat, 17. Szezámagot tartalmazhat