

Középiskola A menü

Étlap

2026. március 2 - 2026. március 6

2026.03.02 Hétfő	2026.03.03 Kedd	2026.03.04 Szerda	2026.03.05 Csütörtök	2026.03.06 Péntek
Tojásleves^{1,3,7,9,10}, Sztroganoff csirkemell csíkok^{1,7,10}, Párolt rizs, Szezonális gyümölcs E: 953,56kcal Tel.zsír.: 2,55g CH: 119,06g Só: 1,36g Zsír: 35,56g Feh.: 33,92g Cuk: 0,00g Ca: 79,15mg	BrokkolikréMLEVES^{1,3,7,9,10}, Leves gyöngy^{1,3,7}, Fokhagymás sertésapró¹, Főtt burgonya, Céklasaláta E: 791,75kcal Tel.zsír.: 1,30g CH: 94,63g Só: 1,26g Zsír: 25,82g Feh.: 36,39g Cuk: 12,49g Ca: 158,04mg	Lenmagos daragaluska leves^{1,3,7,9,10}, TK formakenyér¹, Füstölt,főtt comb-tarja kockázva, Szárazbabfőzelék^{1,7}, Szezonális gyümölcs E: 981,62kcal Tel.zsír.: 1,86g CH: 121,73g Só: 2,80g Zsír: 34,89g Feh.: 38,55g Cuk: 5,04g Ca: 156,44mg	Zellerkrémleves^{1,3,7,9,10}, Leves gyöngy^{1,3,7}, Bolognai halragu spagettivel^{1,3,4,7} E: 983,38kcal Tel.zsír.: 0,01g CH: 106,22g Só: 1,19g Zsír: 41,21g Feh.: 41,27g Cuk: 1,40g Ca: 230,63mg	Májgombóc leves (sertés)^{1,3,4,6,7,9,10}, Temesvári sertés tokány^{1,7}, Bulgur¹ E: 870,85kcal Tel.zsír.: 1,88g CH: 91,52g Só: 1,71g Zsír: 38,03g Feh.: 41,47g Cuk: 2,24g Ca: 79,52mg
Energia: 953,56kcal Zsír: 35,56g Telített zsírsav: 2,55g Fehérje: 33,92g Szénhidrát: 119,06g Összes cukor: 0,00g Só: 1,36g Ca: 79,15mg	Energia: 791,75kcal Zsír: 25,82g Telített zsírsav: 1,30g Fehérje: 36,39g Szénhidrát: 94,63g Összes cukor: 12,49g Só: 1,26g Ca: 158,04mg	Energia: 981,62kcal Zsír: 34,89g Telített zsírsav: 1,86g Fehérje: 38,55g Szénhidrát: 121,73g Összes cukor: 5,04g Só: 2,80g Ca: 156,44mg	Energia: 983,38kcal Zsír: 41,21g Telített zsírsav: 0,01g Fehérje: 41,27g Szénhidrát: 106,22g Összes cukor: 1,40g Só: 1,19g Ca: 230,63mg	Energia: 870,85kcal Zsír: 38,03g Telített zsírsav: 1,88g Fehérje: 41,47g Szénhidrát: 91,52g Összes cukor: 2,24g Só: 1,71g Ca: 79,52mg

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. Szezámmagot tartalmazhat

A változás jogát fenntartjuk!