

Középiskola B menü

Étlap

2026. március 16 - 2026. március 20

2026.03.16 Hétfő	2026.03.17 Kedd	2026.03.18 Szerda	2026.03.19 Csütörtök	2026.03.20 Péntek
Magyaros burgonyaleves^{1,3,7,9,10}, Piritott csirkemáj¹, Párolt rizs, Szezonális gyümölcs E: 987,99kcal Tel.zsír.: 2,77g CH: 123,17g Só: 0,60g Zsír: 35,78g Feh.: 36,73g Cuk: 0,00g Ca: 80,07mg	Paradicsomleves^{1,3,9}, Hentes tokány (sertés)^{1,6,7}, Tészta köret^{1,3} E: 893,91kcal Tel.zsír.: 0,00g CH: 102,52g Só: 1,73g Zsír: 35,58g Feh.: 38,77g Cuk: 2,00g Ca: 67,43mg	Lenmagos daragaluska leves^{1,3,7,9,10}, TK formakenyér¹, Bélszínroló^{1,3,6,7}, Kelkáposztafőzelék¹, Szezonális gyümölcs E: 852,42kcal Tel.zsír.: 0,05g CH: 109,13g Só: 2,92g Zsír: 28,08g Feh.: 29,91g Cuk: 0,04g Ca: 107,05mg	Tárkonyos halgaluska leves^{1,3,4,7,9,10}, TK formakenyér¹, Csirkemell pörkölt¹, Bulgur¹, Céklasaláta E: 970,96kcal Tel.zsír.: 1,44g CH: 122,60g Só: 1,90g Zsír: 31,52g Feh.: 48,79g Cuk: 14,79g Ca: 85,07mg	Sajtkrémleves^{1,3,7,9,10,15}, Köményes sült, Petrezselymes burgonya, Vitamin saláta E: 996,26kcal Tel.zsír.: 0,00g CH: 71,42g Só: 1,24g Zsír: 52,00g Feh.: 52,14g Cuk: 4,00g Ca: 329,24mg
Energia: 987,99kcal Zsír: 35,78g Telített zsírsav: 2,77g Fehérje: 36,73g Szénhidrát: 123,17g Összes cukor: 0,00g Só: 0,60g Ca: 80,07mg	Energia: 893,91kcal Zsír: 35,58g Telített zsírsav: 0,00g Fehérje: 38,77g Szénhidrát: 102,52g Összes cukor: 2,00g Só: 1,73g Ca: 67,43mg	Energia: 852,42kcal Zsír: 28,08g Telített zsírsav: 0,05g Fehérje: 29,91g Szénhidrát: 109,13g Összes cukor: 0,04g Só: 2,92g Ca: 107,05mg	Energia: 970,96kcal Zsír: 31,52g Telített zsírsav: 1,44g Fehérje: 48,79g Szénhidrát: 122,60g Összes cukor: 14,79g Só: 1,90g Ca: 85,07mg	Energia: 996,26kcal Zsír: 52,00g Telített zsírsav: 0,00g Fehérje: 52,14g Szénhidrát: 71,42g Összes cukor: 4,00g Só: 1,24g Ca: 329,24mg

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

A változás jogát fenntartjuk!