

Középiskola B menü

Étlap

2026. március 23 - 2026. március 27

2026.03.23 Hétfő	2026.03.24 Kedd	2026.03.25 Szerda	2026.03.26 Csütörtök	2026.03.27 Péntek
Zabgaluska leves ^{1,3,7,9,10} , TK formakenyér ¹ , Fokhagymás csirkemellapró ¹ , Fejtett babfőzelék ^{1,7} , Szezonális gyümölcs E: 1 025,06kcal Tel.zsír.: 1,94g CH: 132,70g Só: 1,30g Zsír: 26,33g Feh.: 57,46g Cuk: 4,04g Ca: 135,26mg	Currys karfiol krémleves ^{1,3,7,9,10} , Leves gyöngy ^{1,3,7} , Bácskai rizseshús sertésből ¹ , Csemege uborka E: 910,95kcal Tel.zsír.: 0,56g CH: 101,56g Só: 2,66g Zsír: 38,51g Feh.: 35,79g Cuk: 0,00g Ca: 100,54mg	Tojásleves ^{1,3,7,9,10} , Csőbensült brokkoli fűszeres csirkemellel egybesütve ^{1,3,7,15} , Szezonális gyümölcs E: 908,32kcal Tel.zsír.: 2,24g CH: 63,41g Só: 2,33g Zsír: 53,09g Feh.: 37,84g Cuk: 0,00g Ca: 311,79mg	Csontleves ^{1,3,7,9,10} , Halvagdalt (sütőben)** ^{1,3,4} , Bulgur ^{1/2} ¹ , Párolt mexikói zöldségköret 1/2 adag E: 722,00kcal Tel.zsír.: 0,00g CH: 100,18g Só: 2,83g Zsír: 23,17g Feh.: 31,02g Cuk: 1,98g Ca: 52,88mg	Frankfurtileves ^{1,3,6,7,9,10} , Darás metélt ^{1,3} E: 998,91kcal Tel.zsír.: 0,94g CH: 147,22g Só: 2,07g Zsír: 31,26g Feh.: 29,59g Cuk: 25,85g Ca: 89,37mg
Energia: 1 025,06kcal Zsír: 26,33g Telített zsírsav: 1,94g Fehérje: 57,46g Szénhidrát: 132,70g Összes cukor: 4,04g Só: 1,30g Ca: 135,26mg	Energia: 910,95kcal Zsír: 38,51g Telített zsírsav: 0,56g Fehérje: 35,79g Szénhidrát: 101,56g Összes cukor: 0,00g Só: 2,66g Ca: 100,54mg	Energia: 908,32kcal Zsír: 53,09g Telített zsírsav: 2,24g Fehérje: 37,84g Szénhidrát: 63,41g Összes cukor: 0,00g Só: 2,33g Ca: 311,79mg	Energia: 722,00kcal Zsír: 23,17g Telített zsírsav: 0,00g Fehérje: 31,02g Szénhidrát: 100,18g Összes cukor: 1,98g Só: 2,83g Ca: 52,88mg	Energia: 998,91kcal Zsír: 31,26g Telített zsírsav: 0,94g Fehérje: 29,59g Szénhidrát: 147,22g Összes cukor: 25,85g Só: 2,07g Ca: 89,37mg

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!