

Középiskola A menü

Étlap

2026. április 13 - 2026. április 17

2026.04.13 Hétfő	2026.04.14 Kedd	2026.04.15 Szerda	2026.04.16 Csütörtök	2026.04.17 Péntek
TK formakenyér¹, Serpényős burgonya sertéshússal¹, Rostos gyümölcsle 2 dl, Csemege uborka E: 844,08kcal Tel.zsír.: 0,00g CH: 110,28g Só: 2,02g Zsír: 23,02g Feh.: 31,09g Cuk: 0,06g Ca: 40,23mg	Lenmagos daragaluska leves^{1,3,7,9,10}, Főtt tojás³, Parajfőzelék^{1,7}, Főtt burgonya 1/2, Túró rudi^{7,15,16} E: 992,72kcal Tel.zsír.: 0,00g CH: 105,26g Só: 0,61g Zsír: 41,39g Feh.: 39,70g Cuk: 0,00g Ca: 339,67mg	Magyaros karfiolleves^{1,3,7,9,10}, TK.Tarhonyáshús(sertés)^{1,3}, Vitamin saláta, Szezonális gyümölcs E: 990,56kcal Tel.zsír.: 0,00g CH: 126,36g Só: 0,68g Zsír: 30,07g Feh.: 42,04g Cuk: 4,00g Ca: 49,32mg	Csontleves^{1,3,7,9,10}, Bakonyi harcsaragu^{1,4,7}, Párolt rizs E: 941,62kcal Tel.zsír.: 4,33g CH: 101,86g Só: 1,00g Zsír: 43,56g Feh.: 30,92g Cuk: 0,00g Ca: 136,89mg	Tejbendara^{1,7}, Málgombóc leves^{1,3,7,9,10}, Kakaó szórat E: 933,24kcal Tel.zsír.: 3,18g CH: 157,32g Só: 1,55g Zsír: 19,21g Feh.: 31,79g Cuk: 55,38g Ca: 430,52mg
Energia: 844,08kcal Zsír: 23,02g Telített zsírsav: 0,00g Fehérje: 31,09g Szénhidrát: 110,28g Összes cukor: 0,06g Só: 2,02g Ca: 40,23mg	Energia: 992,72kcal Zsír: 41,39g Telített zsírsav: 0,00g Fehérje: 39,70g Szénhidrát: 105,26g Összes cukor: 0,00g Só: 0,61g Ca: 339,67mg	Energia: 990,56kcal Zsír: 30,07g Telített zsírsav: 0,00g Fehérje: 42,04g Szénhidrát: 126,36g Összes cukor: 4,00g Só: 0,68g Ca: 49,32mg	Energia: 941,62kcal Zsír: 43,56g Telített zsírsav: 4,33g Fehérje: 30,92g Szénhidrát: 101,86g Összes cukor: 0,00g Só: 1,00g Ca: 136,89mg	Energia: 933,24kcal Zsír: 19,21g Telített zsírsav: 3,18g Fehérje: 31,79g Szénhidrát: 157,32g Összes cukor: 55,38g Só: 1,55g Ca: 430,52mg

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. Szezámagot tartalmazhat

A változás jogát fenntartjuk!