

18. hét 2026. április 27 - 2026. április 30

Étlap

SM. középiskola

2026.04.27 Hétfő	2026.04.28 Kedd	2026.04.29 Szerda	2026.04.30 Csütörtök
Francia hagymakrémleves ^{1,7,15} E: 334kcal, Zsír: 23g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Budapest csirketokány ¹ E: 290kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 0g, Feh.: 22g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,2g Bulgur ¹ E: 292kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 10g, CH: 61g, Cuk: 2g, Só: 0,1g Szezonális gyümölcs E: 72kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Paradicsomleves ^{1,3,9} E: 152kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 22g, Cuk: 2g, Só: 0,1g Natúr csirkemell ¹ E: 167kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 26g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Petrezselymes burgonya E: 375kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 0g, Feh.: 8g, CH: 55g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Csemege uborka E: 11kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 1,9g	Kertész leves ^{1,3,7,9,10} E: 129kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,2g Sárgarépas halfasirt ^{1,3,4} E: 385kcal, Zsír: 24g, T.zsír: 1g, Feh.: 21g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Kukoricás rizs E: 385kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 69g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Szezonális gyümölcs E: 72kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Fahéjas almaleves ^{1,3,7,10,15,16,17} E: 175kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 41g, Cuk: 3g, Só: 0,0g TK formakenyér ¹ E: 141kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Csirkemell pörkölt ¹ E: 255kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 0g, Feh.: 22g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,3g Tészta köret ^{1,3} E: 393kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 15g, CH: 73g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Káposzta saláta E: 14kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 2g, Cuk: 1g, Só: 0,0g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk, közzéteesszük. Megértésüket köszönjük! Az esetleges étlapváltoztatásokért 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. Szezám és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfűrt, 15. Dióféléket tartalmazhat, 16. Földimogyorót tartalmazhat, 17. Szezámagot tartalmazhat