

ISKOLA KONYHA EBÉD

1. HÉT

2021. Január 04-TŐL 2021. Január 08-IG

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																																												
EBÉD	Nokedlileves	Tojásleves	Tejfölös karalábé leves	Zöldségleves	Hamis gulyásleves																																																												
	Szárazbab főzelék Sertéspörkölt kenyér Túró rudi	Sertéspaprikás orsótészta Vegyesvágott	Sült csirkecomb Párolt rizs Csemege uborka	Brassói aprópecsenye Pirított burgonya	Rakott kelkáposzta Kakaókrémes piskóta																																																												
	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár																																																												
	<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>F</td><td>Zs</td></tr> <tr><td>1011</td><td>53</td><td>33</td></tr> <tr><td>Sz 117</td><td>Só 4,3</td><td>T.zs 12</td></tr> <tr><td>Cuk 4</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal	F	Zs	1011	53	33	Sz 117	Só 4,3	T.zs 12	Cuk 4			<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>F</td><td>Zs</td></tr> <tr><td>895</td><td>41</td><td>38</td></tr> <tr><td>Sz 93</td><td>Só 7,0</td><td>T.zs 10</td></tr> <tr><td>Cuk 1</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal	F	Zs	895	41	38	Sz 93	Só 7,0	T.zs 10	Cuk 1			<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>F</td><td>Zs</td></tr> <tr><td>1036</td><td>68</td><td>40</td></tr> <tr><td>Sz 98</td><td>Só 4,5</td><td>T.zs 10</td></tr> <tr><td>Cuk 0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal	F	Zs	1036	68	40	Sz 98	Só 4,5	T.zs 10	Cuk 0			<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>F</td><td>Zs</td></tr> <tr><td>799</td><td>36</td><td>34</td></tr> <tr><td>Sz 85</td><td>Só 3,2</td><td>T.zs 6</td></tr> <tr><td>Cuk 0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal	F	Zs	799	36	34	Sz 85	Só 3,2	T.zs 6	Cuk 0			<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>F</td><td>Zs</td></tr> <tr><td>760</td><td>37</td><td>31</td></tr> <tr><td>Sz 81</td><td>Só 3,1</td><td>T.zs 11</td></tr> <tr><td>Cuk 0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal	F	Zs	760	37	31	Sz 81	Só 3,1	T.zs 11	Cuk 0		
Kcal	F	Zs																																																															
1011	53	33																																																															
Sz 117	Só 4,3	T.zs 12																																																															
Cuk 4																																																																	
Kcal	F	Zs																																																															
895	41	38																																																															
Sz 93	Só 7,0	T.zs 10																																																															
Cuk 1																																																																	
Kcal	F	Zs																																																															
1036	68	40																																																															
Sz 98	Só 4,5	T.zs 10																																																															
Cuk 0																																																																	
Kcal	F	Zs																																																															
799	36	34																																																															
Sz 85	Só 3,2	T.zs 6																																																															
Cuk 0																																																																	
Kcal	F	Zs																																																															
760	37	31																																																															
Sz 81	Só 3,1	T.zs 11																																																															
Cuk 0																																																																	

Az itt megjelölt allergén információk tájékoztató jellegűek, kérjük, hogyha kérdése van ezzel kapcsolatban érdeklődjön az ételmezésvezetőnél.

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk!

Az ételt fogyasztása előtt hő kezelni szükséges.

Hágen József s.k.
intézményvezető

Antek Tamás s.k.
ételmezésvezető

ISKOLA KONYHA EBÉD

2. HÉT

2021. Január 11-TŐL 2021. Január 15-IG

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																																												
EBÉD	Tarhonyaleves	Brokkoli krémleves Levesgyöngy	Jókai bableves	Köménymagos leves Pírított kenyérkocka	Kertészleves																																																												
	Sertéspörkölt Paradicsomos káposztafőzelék Kenyér	Tarhonyáshús Vegyesvágott	Túrós batyu	Bakonyi sertésszelet Copfocska tészta Tejszelet	Borsós tokány Burgonyapüré Csemege uborka Ivólé																																																												
	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár																																																												
	<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>F</td><td>Zs</td></tr> <tr><td>715</td><td>35</td><td>24</td></tr> <tr><td>Sz 88</td><td>Só 4,3</td><td>T.zs 5</td></tr> <tr><td>Cuk 10</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal	F	Zs	715	35	24	Sz 88	Só 4,3	T.zs 5	Cuk 10			<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>F</td><td>Zs</td></tr> <tr><td>859</td><td>36</td><td>33</td></tr> <tr><td>Sz 90</td><td>Só 5,2</td><td>T.zs 8</td></tr> <tr><td>Cuk 3</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal	F	Zs	859	36	33	Sz 90	Só 5,2	T.zs 8	Cuk 3			<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>F</td><td>Zs</td></tr> <tr><td>1111</td><td>46</td><td>45</td></tr> <tr><td>Sz 129</td><td>Só 3,5</td><td>T.zs 10</td></tr> <tr><td>Cuk 0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal	F	Zs	1111	46	45	Sz 129	Só 3,5	T.zs 10	Cuk 0			<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>F</td><td>Zs</td></tr> <tr><td>1048</td><td>45</td><td>42</td></tr> <tr><td>Sz 118</td><td>Só 4,0</td><td>T.zs 13</td></tr> <tr><td>Cuk 0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal	F	Zs	1048	45	42	Sz 118	Só 4,0	T.zs 13	Cuk 0			<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>F</td><td>Zs</td></tr> <tr><td>884</td><td>38</td><td>29</td></tr> <tr><td>Sz 112</td><td>Só 4,7</td><td>T.zs 6</td></tr> <tr><td>Cuk 0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal	F	Zs	884	38	29	Sz 112	Só 4,7	T.zs 6	Cuk 0		
Kcal	F	Zs																																																															
715	35	24																																																															
Sz 88	Só 4,3	T.zs 5																																																															
Cuk 10																																																																	
Kcal	F	Zs																																																															
859	36	33																																																															
Sz 90	Só 5,2	T.zs 8																																																															
Cuk 3																																																																	
Kcal	F	Zs																																																															
1111	46	45																																																															
Sz 129	Só 3,5	T.zs 10																																																															
Cuk 0																																																																	
Kcal	F	Zs																																																															
1048	45	42																																																															
Sz 118	Só 4,0	T.zs 13																																																															
Cuk 0																																																																	
Kcal	F	Zs																																																															
884	38	29																																																															
Sz 112	Só 4,7	T.zs 6																																																															
Cuk 0																																																																	

Az itt megjelölt allergén információk tájékoztató jellegűek, kérjük, hogyha kérdése van ezzel kapcsolatban érdeklődjön az ételmezésvezetőnél.

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk!

Az ételt fogyasztása előtt hő kezelni szükséges.

Hágen József s.k.
intézményvezető

Antek Tamás s.k.
ételmezésvezető

ISKOLA KONYHA EBÉD

3. HÉT

2021. Január 18-TÓL 2021. Január 22-IG

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																																												
EBÉD	Zöldségleves	Gyümölcsleves	Zellerkrém leves Levesgyöngy	Húsleves	Zöldborsó leves																																																												
	Majorannás pulyka Burgonyafőzelék Kenyér Kakaós csiga	Rántott csirkemell Rizibizi Cékla	Milánói spagetti Ivólé	Gyümölcsmártás Kusz-kusz	Rakott burgonya Csemege uborka Kenyér																																																												
	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr><td>Kcal</td><td>F</td><td>Zs</td></tr> <tr><td>1074</td><td>44</td><td>32</td></tr> <tr><td>Sz 120</td><td>Só 4,8</td><td>T.zs 6</td></tr> <tr><td>Cuk 8</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal	F	Zs	1074	44	32	Sz 120	Só 4,8	T.zs 6	Cuk 8			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr><td>Kcal</td><td>F</td><td>Zs</td></tr> <tr><td>1237</td><td>51</td><td>25</td></tr> <tr><td>Sz 199</td><td>Só 2,5</td><td>T.zs 7</td></tr> <tr><td>Cuk 33</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal	F	Zs	1237	51	25	Sz 199	Só 2,5	T.zs 7	Cuk 33			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr><td>Kcal</td><td>F</td><td>Zs</td></tr> <tr><td>1128</td><td>44</td><td>44</td></tr> <tr><td>Sz 134</td><td>Só 4,1</td><td>T.zs 14</td></tr> <tr><td>Cuk 5</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal	F	Zs	1128	44	44	Sz 134	Só 4,1	T.zs 14	Cuk 5			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr><td>Kcal</td><td>F</td><td>Zs</td></tr> <tr><td>717</td><td>37</td><td>18</td></tr> <tr><td>Sz 100</td><td>Só 3,8</td><td>T.zs 7</td></tr> <tr><td>Cuk 21</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal	F	Zs	717	37	18	Sz 100	Só 3,8	T.zs 7	Cuk 21			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr><td>Kcal</td><td>F</td><td>Zs</td></tr> <tr><td>992</td><td>38</td><td>46</td></tr> <tr><td>Sz 100</td><td>Só 5,6</td><td>T.zs 19</td></tr> <tr><td>Cuk 0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal	F	Zs	992	38	46	Sz 100	Só 5,6	T.zs 19	Cuk 0		
Kcal	F	Zs																																																															
1074	44	32																																																															
Sz 120	Só 4,8	T.zs 6																																																															
Cuk 8																																																																	
Kcal	F	Zs																																																															
1237	51	25																																																															
Sz 199	Só 2,5	T.zs 7																																																															
Cuk 33																																																																	
Kcal	F	Zs																																																															
1128	44	44																																																															
Sz 134	Só 4,1	T.zs 14																																																															
Cuk 5																																																																	
Kcal	F	Zs																																																															
717	37	18																																																															
Sz 100	Só 3,8	T.zs 7																																																															
Cuk 21																																																																	
Kcal	F	Zs																																																															
992	38	46																																																															
Sz 100	Só 5,6	T.zs 19																																																															
Cuk 0																																																																	

Az itt megjelölt allergén információk tájékoztató jellegűek, kérjük, hogyha kérdése van ezzel kapcsolatban érdeklődjön az ételmezésvezetőnél.

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk!

Az ételt fogyasztása előtt hő kezelni szükséges.

Hágen József s.k.
intézményvezető

Antek Tamás s.k.
ételmezésvezető

ISKOLA KONYHA EBÉD

4. HÉT

2021. Január 25-TÓL 2021. Január 29-IG

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																																												
EBÉD	Egri húsleves	Pirított kockatészta leves	Paradicsomleves	Tejfölös zöldbableves	Almaleves																																																												
	Túróstészta Alma	Sajtos vagdalthús Kelkáposzta főzelék Kenyér Banán	Tavaszi sajtos csirkemell Párolt rizs	Paprikás burgonya kolbásszal Kenyér Csemege uborka	Rakott karfiol Ivólé																																																												
	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>F</td><td>Zs</td></tr> <tr><td>963</td><td>49</td><td>33</td></tr> <tr><td>Sz 112</td><td>Só 4,2</td><td>T.zs 19</td></tr> <tr><td>Cuk 0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal	F	Zs	963	49	33	Sz 112	Só 4,2	T.zs 19	Cuk 0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>F</td><td>Zs</td></tr> <tr><td>885</td><td>41</td><td>31</td></tr> <tr><td>Sz 111</td><td>Só 4,1</td><td>T.zs 8</td></tr> <tr><td>Cuk 0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal	F	Zs	885	41	31	Sz 111	Só 4,1	T.zs 8	Cuk 0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>F</td><td>Zs</td></tr> <tr><td>1152</td><td>38</td><td>43</td></tr> <tr><td>Sz 150</td><td>Só 4,1</td><td>T.zs 10</td></tr> <tr><td>Cuk 25</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal	F	Zs	1152	38	43	Sz 150	Só 4,1	T.zs 10	Cuk 25			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>F</td><td>Zs</td></tr> <tr><td>903</td><td>26</td><td>47</td></tr> <tr><td>Sz 92</td><td>Só 5,5</td><td>T.zs 13</td></tr> <tr><td>Cuk 5</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal	F	Zs	903	26	47	Sz 92	Só 5,5	T.zs 13	Cuk 5			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>F</td><td>Zs</td></tr> <tr><td>890</td><td>37</td><td>28</td></tr> <tr><td>Sz 126</td><td>Só 3,2</td><td>T.zs 13</td></tr> <tr><td>Cuk 33</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal	F	Zs	890	37	28	Sz 126	Só 3,2	T.zs 13	Cuk 33		
Kcal	F	Zs																																																															
963	49	33																																																															
Sz 112	Só 4,2	T.zs 19																																																															
Cuk 0																																																																	
Kcal	F	Zs																																																															
885	41	31																																																															
Sz 111	Só 4,1	T.zs 8																																																															
Cuk 0																																																																	
Kcal	F	Zs																																																															
1152	38	43																																																															
Sz 150	Só 4,1	T.zs 10																																																															
Cuk 25																																																																	
Kcal	F	Zs																																																															
903	26	47																																																															
Sz 92	Só 5,5	T.zs 13																																																															
Cuk 5																																																																	
Kcal	F	Zs																																																															
890	37	28																																																															
Sz 126	Só 3,2	T.zs 13																																																															
Cuk 33																																																																	

Az itt megjelölt allergén információk tájékoztató jellegűek, kérjük, hogyha kérdése van ezzel kapcsolatban érdeklődjön az ételmezésvezetőnél.

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk!

Az ételt fogyasztása előtt hő kezelni szükséges.

Hágen József s.k.
intézményvezető

Antek Tamás s.k.
ételmezésvezető