

Heti étlap 2026.03.02. - 2026.03.06.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Iskola Gluténmentes	Gyümölcsstea, Vajkrém[7], Kenyér(10,13),			Gyümölcsstea, Padlizsánkrém[3,10,(12)], Kenyér(10,13)			Kakaó[7], Méz, Margarin, Kenyér(10,13)			Gyümölcsstea, Edami sajt[7], Margarin, Kenyér(10,13)			Gyümölcsstea, Lilahagymás túrókrém[7], Kenyér(10,13)		
	Energia: 350.59 Kcal / 1,465.47 KJ			Energia: 332.82 Kcal / 1,391.19 KJ			Energia: 445.82 Kcal / 1,863.53 KJ			Energia: 457.27 Kcal / 1,911.39 KJ			Energia: 340.18 Kcal / 1,421.95 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	2.16 g	7.35 g	4.10 g	1.85 g	4.79 g	0.69 g	11.78 g	13.18 g	4.73 g	9.08 g	16.33 g	7.18 g	6.28 g	4.11 g	1.71 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
66.86 g	45.57 g	0.91 g	68.54 g	44.97 g	1.23 g	67.78 g	31.19 g	1.15 g	66.03 g	44.97 g	1.35 g	67.18 g	44.97 g	0.87 g	
Iskola Gluténmentes	Lencsegulyás gazdagon[9], Burgonyás kocka, Csemege uborka[10,12], Kenyér(10,13)			Lebbencsleves, Tavaszi szárnyas rizseshús, Alma			Csontleves[9], Natúr sertésborda, Paradicsom mártás, Főtt burgonya, Kenyér(10,13)			Zöldborsóleves[9], Csirkepörkölt, Tököfzelék[7], Kenyér(10,13), Alma			Gyümölcslé 100 %-os, Stroganoff sertésragu [7,10,12], Párolt rizs, Banán		
	Energia: 894.00 Kcal / 3,736.92 KJ			Energia: 773.91 Kcal / 3,234.94 KJ			Energia: 794.90 Kcal / 3,322.68 KJ			Energia: 739.71 Kcal / 3,091.99 KJ			Energia: 795.56 Kcal / 3,325.44 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	27.02 g	21.88 g	4.27 g	32.34 g	22.65 g	4.09 g	32.11 g	19.08 g	4.04 g	32.82 g	26.91 g	4.57 g	25.52 g	14.47 g	4.38 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
143.03 g	0.05 g	1.38 g	108.15 g	6.05 g	1.50 g	119.81 g	13.49 g	2.28 g	87.97 g	7.85 g	2.19 g	138.07 g	35.00 g	1.53 g	
Iskola Gluténmentes	Paprikás szalámi, Margarin, Kenyér(10,13), Zöldpaprika			Sajtkrém[7], Kenyér(10,13), Paradicsom			Csirkemell sonka, Margarin, Kenyér(10,13), Kígyóuborka			Mandarin, Mediterrán párna			Habos puding[7]		
	Energia: 275.30 Kcal / 1,150.75 KJ			Energia: 226.40 Kcal / 946.35 KJ			Energia: 212.42 Kcal / 887.92 KJ			Energia: 325.12 Kcal / 1,359.00 KJ			Energia: 162.99 Kcal / 681.30 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	4.22 g	14.94 g	2.79 g	3.15 g	12.96 g	7.08 g	8.18 g	8.80 g	2.26 g	5.40 g	7.20 g	2.00 g	2.10 g	4.20 g	2.80 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.78 g	0.00 g	0.76 g	22.30 g	0.00 g	1.00 g	23.15 g	0.00 g	1.45 g	48.80 g	3.60 g	0.90 g	28.70 g	22.80 g	0.12 g	

Az ételsorokban a szándék szerint belekerülő allergének lettek számmal feltüntetve. Keresztzennyeződés formájában az alábbi allergének fordulhatnak elő 1. Glutén 2. Rákfélék 3. Tojás 4. Hal 5. Földimogyoró 6. Szója 7. Tej (laktóz is) 8. Diófélék 9. Zeller 10. Mustár 11. Szezám 12. Kén-dioxid 13. Csillagfürt 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Heti étlap 2026.03.09. - 2026.03.13.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Iskola Gluténmentes	Tej[7], Barackos párna			Gyümölcstea, Zala felvágott, Margarin, Kenyér(10,13), Kígyóuborka			Tej[7], Dzsem(12), Margarin, Kenyér(10,13)			Gyümölcstea, Sült zöldséges humusz[9], Kenyér(10,13)			Gyümölcstea, Házi húskrém[10,(12)], Kenyér(10,13)		
	Energia: 460.33 Kcal / 1,924.18 KJ			Energia: 428.52 Kcal / 1,791.21 KJ			Energia: 341.20 Kcal / 1,426.22 KJ			Energia: 303.12 Kcal / 1,267.04 KJ			Energia: 430.57 Kcal / 1,799.78 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	16.10 g	16.75 g	13.04 g	6.20 g	14.35 g	4.28 g	10.79 g	12.15 g	4.14 g	2.91 g	2.69 g	0.53 g	5.91 g	14.66 g	4.32 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
55.25 g	24.00 g	1.31 g	66.21 g	44.97 g	1.51 g	44.86 g	11.07 g	1.08 g	70.22 g	44.97 g	0.92 g	66.32 g	44.97 g	1.70 g	
Iskola Gluténmentes	Csirkeraguleves[9], Túrós tészta[7], Porcukor, Kenyér(10,13), Alma			Zellerkrémleves[9], Kenyérkocka(10,13), Sertéspörkölt feltét, Sárgaborsó főzelék, Kenyér(10,13)			Halgaluska leves[3,4,9], Sült csirkecomb(10), Petrezselymes burgonya, Csemege uborka[10,12]			Zöldbableves[7,9], Cukkinis- bazsalikom spagetti, Sajt szórat[7], Banán			Gyümölcslé 100 %-os, Bácskai rizseshús, Káposzta saláta		
	Energia: 888.22 Kcal / 3,712.76 KJ			Energia: 931.72 Kcal / 3,894.59 KJ			Energia: 698.42 Kcal / 2,919.40 KJ			Energia: 837.17 Kcal / 3,499.37 KJ			Energia: 688.42 Kcal / 2,877.60 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	34.23 g	26.47 g	9.11 g	43.12 g	33.39 g	5.93 g	53.06 g	24.71 g	4.49 g	18.29 g	24.14 g	6.37 g	25.18 g	15.37 g	3.34 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
124.11 g	15.94 g	1.92 g	111.05 g	0.52 g	2.58 g	63.90 g	0.00 g	2.17 g	134.21 g	1.60 g	2.34 g	110.12 g	41.99 g	1.02 g	
Iskola Gluténmentes	Kenőmájás, Kenyér(10,13), Zöldpaprika			Zöldfűszeres vajkrém[7], Kenyér(10,13)			Soproni felvágott, Margarin, Kenyér(10,13), Jégcsap retek			Trappista sajt[7], Margarin, Kenyér(10,13), Sárgarépa			Habos puding[7]		
	Energia: 206.90 Kcal / 864.84 KJ			Energia: 220.28 Kcal / 920.77 KJ			Energia: 274.55 Kcal / 1,147.62 KJ			Energia: 293.51 Kcal / 1,226.87 KJ			Energia: 162.99 Kcal / 681.30 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	6.33 g	9.75 g	4.00 g	1.95 g	13.35 g	6.00 g	5.66 g	17.62 g	5.55 g	9.89 g	16.84 g	7.47 g	2.10 g	4.20 g	2.80 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
21.49 g	0.00 g	1.48 g	21.10 g	0.00 g	0.65 g	21.42 g	0.00 g	2.02 g	23.45 g	0.00 g	1.57 g	28.70 g	22.80 g	0.12 g	

Az ételsorokban a szándék szerint belekerülő allergének lettek számmal feltüntetve. Keresztszennyeződés formájában az alábbi allergének fordulhatnak elő 1. Glutén 2. Rákfélék 3. Tojás 4. Hal 5. Földimogyoró 6. Szója 7. Tej (laktóz is) 8. Diófélék 9. Zeller 10. Mustár 11. Szezám 12. Kén-dioxid 13. Csillagfű 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Heti étlap 2026.03.16. - 2026.03.20.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Iskola Gluténmentes	Tej[7], Méz, Margarin, Kenyér(10,13)			Gyümölcsstea, Pritaminos margarinkrém, Kenyér(10,13), Kígyóuborka			Karamellás tej[7], Kockasajt[7], Kenyér(10,13)			Gyümölcsstea, Lilahagymás túrókrém[7], Kenyér(10,13)			Gyümölcsstea, Edami sajt[7], Margarin, Kenyér(10,13)		
	Energia: 356.64 Kcal / 1,490.76 KJ			Energia: 453.40 Kcal / 1,895.21 KJ			Energia: 389.69 Kcal / 1,628.90 KJ			Energia: 340.18 Kcal / 1,421.95 KJ			Energia: 457.27 Kcal / 1,911.39 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	9.80 g	12.10 g	4.14 g	1.65 g	18.91 g	4.95 g	14.57 g	8.00 g	3.81 g	6.28 g	4.11 g	1.71 g	9.08 g	16.33 g	7.18 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
49.99 g	16.20 g	1.08 g	66.69 g	44.97 g	0.91 g	62.58 g	26.02 g	1.24 g	67.18 g	44.97 g	0.87 g	66.03 g	44.97 g	1.35 g	
Iskola Gluténmentes	Gulyásleves, Tejbedara[7], Kakaós porcukor szórat, Kenyér(10,13), Alma			Kolbászos bableves[9], Tejszínes penne, Kenyér(10,13)			Daragaluska leves[3,9], Sült tarja, Hagymás tört burgonya, Csemege uborka[10,12]			Vegyes gyümölcsleves[7], Tejfölös,gombás csirkeragu[7], Párolt rizs, Alma			Gyümölcslé 100 %-os, Vagdalt[3], Kelkáposzta főzelék, Kenyér(10,13)		
	Energia: 823.67 Kcal / 3,442.94 KJ			Energia: 883.78 Kcal / 3,694.20 KJ			Energia: 1,042.69 Kcal / 4,358.44 KJ			Energia: 740.42 Kcal / 3,094.96 KJ			Energia: 808.07 Kcal / 3,377.73 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	32.61 g	19.37 g	5.62 g	33.94 g	32.08 g	10.03 g	24.80 g	78.88 g	23.38 g	33.27 g	17.17 g	4.29 g	25.80 g	30.05 g	7.09 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
126.18 g	39.02 g	2.10 g	111.50 g	1.77 g	2.42 g	56.20 g	0.00 g	2.15 g	111.65 g	31.03 g	2.69 g	104.38 g	35.00 g	2.11 g	
Iskola Gluténmentes	Paprikás szalámi, Margarin, Kenyér(10,13), Paradicsom			Baromfi párizsi, Margarin, Kenyér(10,13)			Zala felvágott, Margarin, Kenyér(10,13), Sárgarépa			Sajtkrém[7], Kenyér(10,13)			Habos puding[7], Mandarin		
	Energia: 275.99 Kcal / 1,153.64 KJ			Energia: 233.84 Kcal / 977.45 KJ			Energia: 255.47 Kcal / 1,067.86 KJ			Energia: 219.83 Kcal / 918.89 KJ			Energia: 209.88 Kcal / 877.30 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	4.16 g	14.91 g	2.80 g	4.79 g	13.81 g	4.16 g	6.26 g	14.38 g	4.29 g	2.85 g	12.90 g	7.07 g	2.80 g	4.50 g	2.80 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.08 g	0.00 g	0.76 g	20.60 g	0.00 g	1.43 g	23.15 g	0.00 g	1.59 g	21.10 g	0.00 g	1.00 g	38.50 g	22.80 g	0.12 g	

Az ételsorokban a szándék szerint belekerülő allergének lettek számmal feltüntetve. Keresztszennyezés formájában az alábbi allergének fordulhatnak elő 1. Glutén 2. Rákfélék 3. Tojás 4. Hal 5. Földimogyoró 6. Szója 7. Tej (laktóz is) 8.Diófélék 9. Zeller 10. Mustár 11. Szezám 12. Kén dioxid 13. Csillagfürt 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Heti étlap 2026.03.23. - 2026.03.27.

Heti étlap 2026.03.23. - 2026.03.27.																	
hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek					
Iskola Gluténmentes			Gyümölcsstea, Kockasajt[7], Kenyér(10,13)			Gyümölcsstea, Pritaminos tonhalkrém [3,4,10,(12)], Kenyér(10,13)			Vaníliás tej[7], Dzsem(12), Margarin, Kenyér(10,13)			Gyümölcsstea, Magyaros vajkrém[7], Kenyér(10,13), Jégcsap retek			Tej[7], Soproni felvágott, Margarin, Kenyér(10,13), Kígyóuborka		
			Energia: 325.31 Kcal / 1,359.80 KJ			Energia: 374.72 Kcal / 1,566.33 KJ			Energia: 473.87 Kcal / 1,980.78 KJ			Energia: 406.10 Kcal / 1,697.50 KJ			Energia: 395.18 Kcal / 1,651.85 KJ		
			Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
			4.37 g	3.50 g	1.37 g	5.27 g	8.18 g	1.04 g	12.49 g	12.90 g	4.54 g	2.94 g	13.38 g	6.01 g	14.13 g	21.37 g	7.58 g
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát					
Cukor			Cukor			Cukor			Cukor			Cukor					
Só			Só			Só			Só			Só					
66.68 g	46.01 g	0.84 g	67.21 g	44.97 g	1.54 g	74.48 g	38.04 g	1.15 g	67.32 g	45.57 g	0.99 g	34.39 g	0.00 g	1.35 g			
Iskola Gluténmentes			Sertésraguleves[9], Tejbedara[7], Szilvaöntet			Zellerkrémleves[9], Kenyérkocka(10,13), Székelykáposzta[7,(12)], Kenyér(10,13), Mandarin			Zöldborsóleves[9], Cukkinis- bazsalikom spagetti, Sajt szórat[7], Alma			Karalábéleves, Sült kolbász, Lencsefőzelék[7,10,(12)], Kenyér(10,13)			Gyümölcslé 100 %-os, Rántott halfilé[3,4], Párolt rizs, Majonéz[3,10]		
			Energia: 605.16 Kcal / 2,529.57 KJ			Energia: 630.70 Kcal / 2,636.33 KJ			Energia: 737.67 Kcal / 3,083.46 KJ			Energia: 1,431.18 Kcal / 5,982.33 KJ			Energia: 833.14 Kcal / 3,482.53 KJ		
			Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
			29.99 g	15.80 g	5.02 g	25.52 g	25.69 g	6.06 g	20.00 g	22.07 g	5.51 g	51.70 g	97.53 g	24.76 g	29.09 g	24.14 g	3.94 g
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát					
Cukor			Cukor			Cukor			Cukor			Cukor					
Só			Só			Só			Só			Só					
84.33 g	29.17 g	1.27 g	70.59 g	0.52 g	2.83 g	112.60 g	7.55 g	2.38 g	83.11 g	0.04 g	2.14 g	122.61 g	35.00 g	1.90 g			
Iskola Gluténmentes			Baromfikrém csirkemájjal, Kenyér(10,13), Kígyóuborka			Csirkemell sonka, Margarin, Kenyér(10,13)			Tojáskrém[3,10,(12)], Kenyér(10,13), Paradicsom			Habos puding[7], Alma			Barackos párna		
			Energia: 109.87 Kcal / 459.26 KJ			Energia: 208.89 Kcal / 873.16 KJ			Energia: 202.93 Kcal / 848.25 KJ			Energia: 197.78 Kcal / 826.72 KJ			Energia: 339.00 Kcal / 1,417.02 KJ		
			Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
			1.50 g	1.38 g	0.20 g	7.88 g	8.77 g	2.26 g	4.51 g	9.30 g	1.62 g	2.50 g	4.60 g	2.80 g	7.60 g	13.00 g	11.00 g
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát					
Cukor			Cukor			Cukor			Cukor			Cukor					
Só			Só			Só			Só			Só					
21.01 g	0.00 g	0.66 g	22.64 g	0.00 g	1.44 g	23.79 g	0.00 g	1.14 g	35.70 g	28.75 g	0.13 g	42.00 g	24.00 g	0.98 g			

Az ételsorokban a szándék szerint belekerülő allergének lettek számmal feltüntetve. Keresztszennyezés formájában az alábbi allergének fordulhatnak elő 1. Glutén 2. Rákfélék 3. Tojás 4. Hal 5. Földimogyoró 6. Szója 7. Tej (laktóz is) 8. Diófélék 9. Zeller 10. Mustár 11. Szezám 12. Kén-dioxid 13. Csillagfű 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Heti étlap 2026.03.30. - 2026.04.03.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök		
Iskola Gluténmentes	Tej[7], Almás-fahéjas rétes			Gyümölcsstea, Sajtkrém házi TM, Kenyér(10,13), Sárgarépa			Kakaó[7], Dzsem(12), Margarin, Kenyér(10,13)			Gyümölcsstea, Házi húskrém[10,(12)], Kenyér(10,13), Paradicsom		
	Energia: 499.56 Kcal / 2,088.16 KJ			Energia: 481.15 Kcal / 2,011.21 KJ			Energia: 430.38 Kcal / 1,798.99 KJ			Energia: 437.14 Kcal / 1,827.25 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	16.60 g	21.75 g	17.04 g	1.60 g	19.61 g	7.81 g	12.77 g	13.23 g	4.73 g	6.21 g	14.72 g	4.33 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
53.25 g	23.00 g	0.93 g	72.19 g	44.97 g	1.40 g	62.65 g	26.06 g	1.15 g	67.52 g	44.97 g	1.70 g	
Iskola Gluténmentes	Bakonyi betyárleves[9], Darás metélt, Extra dzsem(12), Porcukor, Kenyér(10,13)			Zellerleves[9], Pusztapörkölt, Csemege uborka[10,12], Banán			Zöldségleves[9], Gyros aprópecsenye (3,6,7,10,11), Piritott burgonya, Uborka saláta, Linzer GM			Zöldség krémleves[7,9], Kenyérkocka(10,13), Vagdalt[3], Kelkáposzta főzelék, Kenyér(10,13)		
	Energia: 999.77 Kcal / 4,179.04 KJ			Energia: 713.44 Kcal / 2,982.18 KJ			Energia: 1,020.75 Kcal / 4,266.74 KJ			Energia: 874.26 Kcal / 3,654.41 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	34.02 g	27.15 g	6.00 g	28.50 g	18.60 g	3.67 g	38.11 g	36.83 g	7.51 g	29.48 g	38.83 g	9.01 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
150.71 g	32.93 g	2.13 g	104.98 g	0.06 g	2.65 g	131.80 g	21.58 g	2.79 g	98.07 g	0.10 g	2.91 g	
Iskola Gluténmentes	Csemege szalámi, Margarin, Kenyér(10,13), Zöldpaprika			Szendvicssonka, Margarin, Kenyér(10,13)			Sült zöldséges humusz[9], Kenyér(10,13)			Zöldségkrém szendvics, Alma		
	Energia: 275.30 Kcal / 1,150.75 KJ			Energia: 217.93 Kcal / 910.95 KJ			Energia: 121.53 Kcal / 508.00 KJ			Energia: 317.09 Kcal / 1,325.44 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	4.22 g	14.94 g	2.79 g	7.58 g	10.81 g	2.96 g	2.91 g	2.69 g	0.53 g	8.90 g	7.90 g	3.50 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.78 g	0.00 g	0.76 g	20.60 g	0.00 g	1.73 g	25.24 g	0.00 g	0.92 g	45.00 g	8.75 g	0.98 g	

Az ételsorokban a szándék szerint belekerülő allergének lettek számmal feltüntetve. Keresztzennyezés formájában az alábbi allergének fordulhatnak elő 1. Glutén 2. Rákfélék 3. Tojás 4. Hal 5. Földimogyoró 6. Szója 7. Tej (laktóz is) 8. Diófélék 9. Zeller 10. Mustár 11. Szezám 12. Kén-dioxid 13. Csillagfű 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.