Heti étlap 2026.11.02. - 2026.11.06.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Iskola Tejmentes	Rizsital, Barackos párna	Gyümölcstea, Sonkakrém, Teljes kiőrlésű kifli[1]	Kakaós rizsital, Méz, Margarin, Zsemle[1]	Gyümölcstea, Növényi sajt, Margarin, Teljes kiőrlésű zsemle[1], Zöldpaprika	Gyümölcstea, Csirkemell sonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kifli[1]
	Energia: 422.56 Kcal / 1,766.30 Kj	Energia: 597.30 Kcal / 2,496.71 Kj	Energia: 402.18 Kcal / 1,681.11 Kj	Energia: 617.11 Kcal / 2,579.52 Kj	Energia: 569.14 Kcal / 2,379.01 Kj
	Fehérje: 8.32 g; Zsír: 14.91 g; T.Zsírsav: 11.24 g	Fehérje: 14.12 g; Zsír: 13.31 g; T.Zsírsav: 3.91 g	Fehérje: 5.85 g; Zsír: 9.22 g; T.Zsírsav: 2.63 g	Fehérje: 9.98 g; Zsír: 14.59 g; T.Zsírsav: 8.10 g	Fehérje: 16.28 g; Zsír: 8.62 g; T.Zsírsav: 2.56 g
	Szénhidrát: 57.78 g; Cukor: 31.99 g; Só: 0.98 g	Szénhidrát: 101.79 g; Cukor: 45.90 g; Só: 2.01 g	Szénhidrát: 92.24 g; Cukor: 37.00 g; Só: 0.95 g	Szénhidrát: 108.22 g; Cukor: 44.97 g; Só: 1.99 g	Szénhidrát: 103.12 g; Cukor: 45.67 g; Só: 1.99 g
Iskola Tejmentes	Gulyásleves[1,3], Darás metélt[1,3], Barack öntet, Porcukor, Alma	Burgonyaleves[1,3,9], Bácskai rizseshús, Sárgarépás káposztasaláta	Halgaluska leves[1,3,4,9], Sült csirkecomb(10), Burgonyapüré, Csemege uborka[10,12]	Zöldségleves[1,3,9], Székelykáposzta(12), Zsemle[1], Narancs	Gyümölcslé 100 %-os, Bakonyi csirkeragu[1], Tészta köret[1,3], Gesztenye desszert
	Energia: 974.68 Kcal / 4,074.16 Kj	Energia: 759.15 Kcal / 3,173.25 Kj	Energia: 759.43 Kcal / 3,174.42 Kj	Energia: 480.40 Kcal / 2,008.07 Kj	Energia: 927.01 Kcal / 3,874.90 Kj
	Fehérje: 36.74 g; Zsír: 23.02 g; T.Zsírsav: 4.39 g	Fehérje: 30.57 g; Zsír: 22.89 g; T.Zsírsav: 4.25 g	Fehérje: 53.26 g; Zsír: 28.81 g; T.Zsírsav: 6.36 g	Fehérje: 27.60 g; Zsír: 15.66 g; T.Zsírsav: 3.65 g	Fehérje: 43.35 g; Zsír: 27.13 g; T.Zsírsav: 2.58 g
	Szénhidrát: 152.78 g; Cukor: 28.68 g; Só: 2.28 g	Szénhidrát: 106.14 g; Cukor: 5.09 g; Só: 2.44 g	Szénhidrát: 69.65 g; Cukor: 2.88 g; Só: 2.36 g	Szénhidrát: 64.52 g; Cukor: 0.10 g; Só: 2.38 g	Szénhidrát: 123.96 g; Cukor: 35.00 g; Só: 1.53 g
Iskola Tejmentes	Kenőmájas, Teljes kiőrlésű zsemle[1], Kígyóuborka	Baromfi párizsi, Margarin, Zsemle[1]	Zöldfűszeres margarinkrém, Teljes kiőrlésű zsemle[1], Paradicsom	Zala felvágott, Margarin, Zsemle[1]	Mediterrán margarinkrém, Zsemle[1]
	Energia: 383.21 Kcal / 1,601.82 Kj	Energia: 200.71 Kcal / 838.97 Kj	Energia: 439.32 Kcal / 1,836.36 Kj	Energia: 210.27 Kcal / 878.93 Kj	Energia: 264.84 Kcal / 1,107.03 Kj
	Fehérje: 14.67 g; Zsír: 9.54 g; T.Zsírsav: 4.30 g	Fehérje: 8.09 g; Zsír: 12.93 g; T.Zsírsav: 4.19 g	Fehérje: 10.29 g; Zsír: 17.04 g; T.Zsírsav: 4.79 g	Fehérje: 9.20 g; Zsír: 13.44 g; T.Zsírsav: 4.31 g	Fehérje: 4.61 g; Zsír: 21.49 g; T.Zsírsav: 5.94 g
	Szénhidrát: 56.60 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.04 g	Szénhidrát: 31.10 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.38 g	Szénhidrát: 58.07 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.43 g	Szénhidrát: 31.22 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.45 g	Szénhidrát: 31.30 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.39 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. Szezámmag 12. Kén dioxid 13. Csillagfürt 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Heti étlap 2026.11.09. - 2026.11.13.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Iskola Tejmentes	Gyümölcstea, Növényi sajt, Margarin, Zsemle[1]	Gyümölcstea, Zöldfűszeres margarinkrém, Teljes kiőrlésű zsemle[1], Zöldpaprika	Kakaós rizsital, Dzsem(12), Margarin, Zsemle[1]	Gyümölcstea, Soproni felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű zsemle[1]	Gyümölcstea, Padlizsánkrém[3,10,(12)], Teljes kiőrlésű zsemle[1]
	Energia: 399.44 Kcal / 1,669.66 Kj	Energia: 620.22 Kcal / 2,592.52 Kj	Energia: 386.74 Kcal / 1,616.57 Kj	Energia: 630.57 Kcal / 2,635.78 Kj	Energia: 511.48 Kcal / 2,137.99 Kj
	Fehérje: 4.52 g; Zsír: 13.77 g; T.Zsírsav: 7.83 g	Fehérje: 10.35 g; Zsír: 17.07 g; T.Zsírsav: 4.78 g	Fehérje: 6.84 g; Zsír: 9.27 g; T.Zsírsav: 2.63 g	Fehérje: 13.73 g; Zsír: 17.44 g; T.Zsírsav: 5.84 g	Fehérje: 10.25 g; Zsír: 4.64 g; T.Zsírsav: 0.99 g
	Szénhidrát: 82.32 g; Cukor: 44.97 g; Só: 1.39 g	Szénhidrát: 102.75 g; Cukor: 44.97 g; Só: 1.43 g	Szénhidrát: 87.11 g; Cukor: 31.87 g; Só: 0.95 g	Szénhidrát: 101.11 g; Cukor: 44.97 g; Só: 2.56 g	Szénhidrát: 104.04 g; Cukor: 44.97 g; Só: 1.78 g
Iskola Tejmentes	Csirkeraguleves[1,3,9], Tejberizs, Fahéjas porcukor szórat, Alma	Zöldségleves[1,3,9], Budapest ragu[1], Párolt rizs	Lengyeles árpagyöngyleves[1,9], Sült kolbász*, Zöldbabfőzelék[1], Teljes kiőrlésű zsemle[1]	Daragaluska leves[1,3,9], Pusztapörkölt, Csemege uborka[10,12], Zsemle[1]	Gyümölcslé 100 %-os, Bolognai spagetti[1,3], Növényi sajt szórat
	Energia: 712.69 Kcal / 2,979.04 Kj	Energia: 721.29 Kcal / 3,014.99 Kj	Energia: 992.65 Kcal / 4,149.28 Kj	Energia: 610.57 Kcal / 2,552.18 Kj	Energia: 775.89 Kcal / 3,243.22 Kj
	Fehérje: 23.14 g; Zsír: 12.22 g; T.Zsírsav: 2.01 g	Fehérje: 36.44 g; Zsír: 19.86 g; T.Zsírsav: 4.11 g	Fehérje: 39.70 g; Zsír: 64.07 g; T.Zsírsav: 19.63 g	Fehérje: 30.00 g; Zsír: 19.03 g; T.Zsírsav: 4.06 g	Fehérje: 24.10 g; Zsír: 31.88 g; T.Zsírsav: 11.17 g
	Szénhidrát: 126.17 g; Cukor: 49.21 g; Só: 0.83 g	Szénhidrát: 98.05 g; Cukor: 0.15 g; Só: 2.08 g	Szénhidrát: 61.46 g; Cukor: 0.05 g; Só: 2.91 g	Szénhidrát: 87.30 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 96.19 g; Cukor: 35.30 g; Só: 2.12 g
Iskola Tejmentes	Csemege szalámi, Margarin, Zsemle[1], Kígyóuborka	Olasz felvágott, Margarin, Zsemle[1]	Magyaros margarinkrém, Zsemle[1], Paradicsom	Sajtkrém házi TM, Zsemle[1]	Csokoládés szójadesszert[6]
	Energia: 239.82 Kcal / 1,002.45 Kj	Energia: 237.19 Kcal / 991.45 Kj	Energia: 271.84 Kcal / 1,136.29 Kj	Energia: 254.36 Kcal / 1,063.22 Kj	Energia: 119.86 Kcal / 501.01 Kj
	Fehérje: 7.46 g; Zsír: 14.00 g; T.Zsírsav: 2.82 g	Fehérje: 8.63 g; Zsír: 16.71 g; T.Zsírsav: 5.57 g	Fehérje: 4.92 g; Zsír: 21.56 g; T.Zsírsav: 5.95 g	Fehérje: 4.54 g; Zsír: 18.67 g; T.Zsírsav: 7.83 g	Fehérje: 3.90 g; Zsír: 2.90 g; T.Zsírsav: 1.00 g
	Szénhidrát: 38.89 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.72 g	Szénhidrát: 31.13 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.96 g	Szénhidrát: 32.56 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.90 g	Szénhidrát: 35.28 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.26 g	Szénhidrát: 18.40 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.16 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. Szezámmag 12. Kén dioxid 13. Csillagfürt 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Heti étlap 2026.11.16. - 2026.11.20.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Iskola Tejmentes	Rizsital, Paprikás szalámi, Margarin, Zsemle[1]	Gyümölcstea, Növényi sajt, Margarin, Zsemle[1]	Rizsital, Méz, Margarin, Zsemle[1]	Gyümölcstea, Sajtkrém házi TM, Zsemle[1], Jégcsap retek	Gyümölcstea, Tojáskrém[3,10,(12)], Teljes kiőrlésű zsemle[1], Kígyóuborka
	Energia: 319.85 Kcal / 1,336.97 Kj	Energia: 399.44 Kcal / 1,669.66 Kj	Energia: 285.74 Kcal / 1,194.39 Kj	Energia: 440.18 Kcal / 1,839.95 Kj	Energia: 560.14 Kcal / 2,341.39 Kj
	Fehérje: 7.88 g; Zsír: 15.88 g; T.Zsírsav: 3.06 g	Fehérje: 4.52 g; Zsír: 13.77 g; T.Zsírsav: 7.83 g	Fehérje: 5.32 g; Zsír: 9.38 g; T.Zsírsav: 2.37 g	Fehérje: 4.87 g; Zsír: 18.70 g; T.Zsírsav: 7.84 g	Fehérje: 12.91 g; Zsír: 9.12 g; T.Zsírsav: 1.91 g
	Szénhidrát: 54.16 g; Cukor: 7.99 g; Só: 0.71 g	Szénhidrát: 82.32 g; Cukor: 44.97 g; Só: 1.39 g	Szénhidrát: 63.02 g; Cukor: 24.19 g; Só: 0.70 g	Szénhidrát: 81.05 g; Cukor: 44.97 g; Só: 1.27 g	Szénhidrát: 103.58 g; Cukor: 44.97 g; Só: 1.70 g
Iskola Tejmentes	Gulyásleves[1,3], Mac&cheese[1], Tészta köret[1,3], Zsemle[1], Alma	Paradicsomleves[1,3], Rántott halfilé[1,3,4], Párolt rizs, Majonéz[3,10]	Májgaluska leves[1,3,9], Rakott burgonya[1,3], Csemege uborka[10,12]	Sütőtök krémleves[1], Zsemlekocka[1], Tavaszi szárnyas rizseshús	Gyümölcslé 100 %-os, Vagdalt[1,3], Zöldbabfőzelék[1], Zsemle[1]
	Energia: 1,261.98 Kcal / 5,275.08 Kj	Energia: 939.85 Kcal / 3,928.57 Kj	Energia: 600.08 Kcal / 2,508.33 Kj	Energia: 642.75 Kcal / 2,686.70 Kj	Energia: 675.44 Kcal / 2,823.34 Kj
	Fehérje: 39.77 g; Zsír: 69.45 g; T.Zsírsav: 25.44 g	Fehérje: 32.93 g; Zsír: 30.54 g; T.Zsírsav: 4.76 g	Fehérje: 26.39 g; Zsír: 24.21 g; T.Zsírsav: 6.21 g	Fehérje: 30.25 g; Zsír: 18.97 g; T.Zsírsav: 2.82 g	Fehérje: 22.42 g; Zsír: 27.62 g; T.Zsírsav: 6.84 g
	Szénhidrát: 126.76 g; Cukor: 8.11 g; Só: 2.77 g	Szénhidrát: 132.10 g; Cukor: 13.99 g; Só: 3.08 g	Szénhidrát: 67.41 g; Cukor: 0.10 g; Só: 2.47 g	Szénhidrát: 90.55 g; Cukor: 1.80 g; Só: 1.12 g	Szénhidrát: 91.21 g; Cukor: 35.00 g; Só: 1.67 g
Iskola Tejmentes	Kenőmájas, Teljes kiőrlésű zsemle[1], Kígyóuborka	Magyaros margarinkrém, Teljes kiőrlésű zsemle[1], Paradicsom	Házi húskrém[10,(12)], Teljes kiőrlésű zsemle[1], Zöldpaprika	Baromfi párizsi, Margarin, Teljes kiőrlésű zsemle[1]	Csokis párna
	Energia: 383.21 Kcal / 1,601.82 Kj	Energia: 483.63 Kcal / 2,021.57 Kj	Energia: 433.52 Kcal / 1,812.11 Kj	Energia: 412.50 Kcal / 1,724.25 Kj	Energia: 407.18 Kcal / 1,702.01 Kj
	Fehérje: 14.67 g; Zsír: 9.54 g; T.Zsírsav: 4.30 g	Fehérje: 10.02 g; Zsír: 22.29 g; T.Zsírsav: 6.22 g	Fehérje: 14.67 g; Zsír: 14.60 g; T.Zsírsav: 4.62 g	Fehérje: 13.19 g; Zsír: 13.66 g; T.Zsírsav: 4.46 g	Fehérje: 8.70 g; Zsír: 19.00 g; T.Zsírsav: 12.00 g
	Szénhidrát: 56.60 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.04 g	Szénhidrát: 57.56 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.50 g	Szénhidrát: 57.74 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.25 g	Szénhidrát: 56.10 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.98 g	Szénhidrát: 45.00 g; Cukor: 24.00 g; Só: 0.99 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. Szezámmag 12. Kén dioxid 13. Csillagfürt 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Heti étlap 2026.11.23. - 2026.11.27.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Iskola Tejmentes	Rizsital, Olasz felvágott, Margarin, Zsemle[1]	Gyümölcstea, Növényi sajt, Margarin, Teljes kiőrlésű zsemle[1], Paradicsom	Kakaós rizsital, Dzsem(12), Margarin, Zsemle[1]	Gyümölcstea, Retekkrém, Teljes kiőrlésű zsemle[1]	Gyümölcstea, Pulykasonka[6], Margarin, Teljes kiőrlésű kifli[1]
	Energia: 320.75 Kcal / 1,340.74 Kj	Energia: 617.80 Kcal / 2,582.40 Kj	Energia: 386.74 Kcal / 1,616.57 Kj	Energia: 569.08 Kcal / 2,378.75 Kj	Energia: 563.29 Kcal / 2,354.55 Kj
	Fehérje: 9.35 g; Zsír: 18.62 g; T.Zsírsav: 5.81 g	Fehérje: 9.92 g; Zsír: 14.56 g; T.Zsírsav: 8.11 g	Fehérje: 6.84 g; Zsír: 9.27 g; T.Zsírsav: 2.63 g	Fehérje: 10.33 g; Zsír: 10.09 g; T.Zsírsav: 4.87 g	Fehérje: 14.72 g; Zsír: 9.04 g; T.Zsírsav: 2.67 g
	Szénhidrát: 46.91 g; Cukor: 7.99 g; Só: 1.96 g	Szénhidrát: 108.52 g; Cukor: 44.97 g; Só: 1.99 g	Szénhidrát: 87.11 g; Cukor: 31.87 g; Só: 0.95 g	Szénhidrát: 105.89 g; Cukor: 44.97 g; Só: 1.66 g	Szénhidrát: 102.28 g; Cukor: 45.67 g; Só: 1.94 g
Iskola Tejmentes	Csirkeraguleves[1,3,9], Tejberizs, Eperöntet, Teljes kiőrlésű zsemle[1], Alma,	Zellerkrémleves[1,9], Zsemlekocka[1], Pulykapörkölt feltét, Tökfőzelék[1], Zsemle[1]	Lebbencsleves[1,3], Lecsós csirkecomb, Párolt rizs, Zsemle[1]	Zöldborsóleves[1,3,9], Parajos-sajtos ragu[1], Tészta köret[1,3], Növényi sajt szórat	Gyümölcslé 100 %-os, Zöldséges pulykaragu[1,9], Burgonyás nudli
	Energia: 872.01 Kcal / 3,645.00 Kj	Energia: 510.58 Kcal / 2,134.22 Kj	Energia: 985.04 Kcal / 4,117.47 Kj	Energia: 826.25 Kcal / 3,453.73 Kj	Energia: 829.91 Kcal / 3,469.02 Kj
	Fehérje: 28.53 g; Zsír: 13.15 g; T.Zsírsav: 2.30 g	Fehérje: 24.64 g; Zsír: 22.70 g; T.Zsírsav: 3.41 g	Fehérje: 54.37 g; Zsír: 35.00 g; T.Zsírsav: 7.84 g	Fehérje: 23.55 g; Zsír: 34.07 g; T.Zsírsav: 12.57 g	Fehérje: 30.93 g; Zsír: 26.14 g; T.Zsírsav: 5.28 g
	Szénhidrát: 156.70 g; Cukor: 47.40 g; Só: 1.44 g	Szénhidrát: 63.48 g; Cukor: 1.90 g; Só: 2.15 g	Szénhidrát: 120.65 g; Cukor: 0.10 g; Só: 2.69 g	Szénhidrát: 105.74 g; Cukor: 1.02 g; Só: 3.21 g	Szénhidrát: 113.45 g; Cukor: 35.00 g; Só: 1.16 g
Iskola Tejmentes	Paprikás szalámi, Margarin, Zsemle[1]	Zala felvágott, Margarin, Zsemle[1]	Pritaminos tonhalkrém [3,4,10,(12)], Teljes kiőrlésű zsemle[1]	Mediterrán margarinkrém, Zsemle[1]	Mandarin, Gesztenye desszert
	Energia: 236.29 Kcal / 987.69 Kj	Energia: 210.27 Kcal / 878.93 Kj	Energia: 371.79 Kcal / 1,554.08 Kj	Energia: 264.84 Kcal / 1,107.03 Kj	Energia: 280.56 Kcal / 1,172.74 Kj
	Fehérje: 7.16 g; Zsír: 13.97 g; T.Zsírsav: 2.82 g	Fehérje: 9.20 g; Zsír: 13.44 g; T.Zsírsav: 4.31 g	Fehérje: 13.67 g; Zsír: 8.03 g; T.Zsírsav: 1.34 g	Fehérje: 4.61 g; Zsír: 21.49 g; T.Zsírsav: 5.94 g	Fehérje: 10.27 g; Zsír: 12.31 g; T.Zsírsav: 0.00 g
	Szénhidrát: 38.38 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.71 g	Szénhidrát: 31.22 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.45 g	Szénhidrát: 57.73 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.09 g	Szénhidrát: 31.30 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.39 g	Szénhidrát: 30.26 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.00 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. Szezámmag 12. Kén dioxid 13. Csillagfürt 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Heti étlap 2026.11.30. - 2026.12.04.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Iskola Tejmentes	Gyümölcstea, Baromfi párizsi, Margarin, Teljes kiőrlésű kifli[1]	Gyümölcstea, Növényi sajt, Margarin, Teljes kiőrlésű zsemle[1], Kígyóuborka	Kakaós rizsital, Méz, Margarin, Zsemle[1]	Gyümölcstea, Soproni felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű zsemle[1]	Gyümölcstea, Házi húskrém[10,(12)], Teljes kiőrlésű zsemle[1], Paradicsom
	Energia: 594.09 Kcal / 2,483.30 Kj	Energia: 614.76 Kcal / 2,569.70 Kj	Energia: 402.18 Kcal / 1,681.11 Kj	Energia: 630.57 Kcal / 2,635.78 Kj	Energia: 615.80 Kcal / 2,574.04 Kj
	Fehérje: 13.19 g; Zsír: 13.66 g; T.Zsírsav: 4.46 g	Fehérje: 9.92 g; Zsír: 14.53 g; T.Zsírsav: 8.10 g	Fehérje: 5.85 g; Zsír: 9.22 g; T.Zsírsav: 2.63 g	Fehérje: 13.73 g; Zsír: 17.44 g; T.Zsírsav: 5.84 g	Fehérje: 14.61 g; Zsír: 14.57 g; T.Zsírsav: 4.63 g
	Szénhidrát: 101.08 g; Cukor: 45.67 g; Só: 1.98 g	Szénhidrát: 107.83 g; Cukor: 44.97 g; Só: 2.00 g	Szénhidrát: 92.24 g; Cukor: 37.00 g; Só: 0.95 g	Szénhidrát: 101.11 g; Cukor: 44.97 g; Só: 2.56 g	Szénhidrát: 103.02 g; Cukor: 44.97 g; Só: 2.25 g
Iskola Tejmentes	Frankfurti leves[1,9], Tejbedara[1], Fahéjas porcukor szórat, Zsemle[1], Alma	Burgonyaleves[1,3,9], Rakott zöldbab, Zsemle[1]	Csontleves[1,3,9], Sertéspörkölt feltét, Kelkáposzta főzelék[1], Teljes kiőrlésű zsemle[1]	Tarhonyaleves[1,3,9], Mac&cheese, Tészta köret[1,3]	Gyümölcslé 100 %-os, Rántott halfilé[1,3,4], Párolt rizs, Majonéz[3,10], Gesztenye desszert
	Energia: 640.74 Kcal / 2,678.29 Kj	Energia: 794.00 Kcal / 3,318.92 Kj	Energia: 701.88 Kcal / 2,933.86 Kj	Energia: 977.52 Kcal / 4,086.03 Kj	Energia: 1,066.94 Kcal / 4,459.81 Kj
	Fehérje: 17.18 g; Zsír: 17.97 g; T.Zsírsav: 4.67 g	Fehérje: 31.17 g; Zsír: 33.62 g; T.Zsírsav: 8.55 g	Fehérje: 35.23 g; Zsír: 25.87 g; T.Zsírsav: 4.82 g	Fehérje: 20.94 g; Zsír: 56.07 g; T.Zsírsav: 21.31 g	Fehérje: 36.63 g; Zsír: 35.61 g; T.Zsírsav: 3.90 g
	Szénhidrát: 110.47 g; Cukor: 46.02 g; Só: 2.20 g	Szénhidrát: 99.15 g; Cukor: 1.69 g; Só: 1.57 g	Szénhidrát: 79.38 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.51 g	Szénhidrát: 96.24 g; Cukor: 2.09 g; Só: 2.93 g	Szénhidrát: 146.34 g; Cukor: 35.00 g; Só: 2.13 g
Iskola Tejmentes	Csemege szalámi, Margarin, Zsemle[1], Zöldpaprika	Zala felvágott, Margarin, Zsemle[1]	Házi növényi sajtos pogácsa[1,3]	Magyaros margarinkrém, Zsemle[1]	Almás-fahéjas rétes, Mandarin
	Energia: 242.17 Kcal / 1,012.27 Kj	Energia: 210.27 Kcal / 878.93 Kj	Energia: 379.63 Kcal / 1,586.85 Kj	Energia: 265.27 Kcal / 1,108.83 Kj	Energia: 425.12 Kcal / 1,777.00 Kj
	Fehérje: 7.52 g; Zsír: 14.06 g; T.Zsírsav: 2.82 g	Fehérje: 9.20 g; Zsír: 13.44 g; T.Zsírsav: 4.31 g	Fehérje: 6.62 g; Zsír: 21.71 g; T.Zsírsav: 7.79 g	Fehérje: 4.62 g; Zsír: 21.50 g; T.Zsírsav: 5.94 g	Fehérje: 8.80 g; Zsír: 18.30 g; T.Zsírsav: 15.00 g
	Szénhidrát: 39.28 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.71 g	Szénhidrát: 31.22 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.45 g	Szénhidrát: 39.11 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.18 g	Szénhidrát: 31.36 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.90 g	Szénhidrát: 49.80 g; Cukor: 23.00 g; Só: 0.60 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. Szezámmag 12. Kén dioxid 13. Csillagfürt 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.