

## ISKOLA KONYHA EBÉD

1. HÉT

2019. JANUÁR 03.-TÓL 2019. JANUÁR 04.-IG

Étkezés	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK										
EBÉD				Őszibarack leves  Majorannás pulyka Burgonyapüré  Csemege uborka	Pirított kockatészta leves  Lecsós sertésszelet Párolt rizs  Cékla savanyú										
	ALLERGÉN:		ALLERGÉN:		ALLERGÉN: tej, glutén		ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller								
	energia kcal	fehérje g	zsír g	energia kcal	fehérje g	zsír g	energia kcal	fehérje g	zsír g	energia 1003 kcal	fehérje 42 g	zsír 30 g	energia 1026 kcal	fehérje 40 g	zsír 33 g
	szénhidrát g	t. zsír g	só g	szénhidrát g	t. zsír g	só g	szénhidrát g	t.zsír g	só g	szénhidrát 138 g	t. zsír 8 g	só 4,1g	szénhidrát 140 g	t. zsír 7 g	só 4,2 g

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

**Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

Hágen József s.k.  
intézményvezető

**Jó étvágyat kívánunk!**

Az ételt fogyasztása előtt hő kezelni szükséges.  
Venczel Lászlóné s.k.  
ételmezésvezető

## ISKOLA KONYHA EBÉD

2. HÉT

2019. JANUÁR 07.-TŐL 2019. JANUÁR 11.-IG

Étkezés	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK									
<b>EBÉD</b>	Reszelttészta leves	Tojásleves	Tejfölös karalábéleves	Zöldségleves	Gulyásleves									
	Szárazbab főzelék Sült kolbász	Sertéspörkölt Orsó tészta	Joghurtos sült csirkecomb Párolt rizs	Brassói aprópecsenye Pirított burgonya	Szilvás gombóc									
		Vegyes vágott savanyúság	Csemege uborka	Banán										
	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller	ALLERGÉN: glutén, tojás, zeller	ALLERGÉN: tej, glutén	ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller	ALLERGÉN: glutén, tojás, zeller									
energia	fehérje	zsír	energia	fehérje	zsír	energia	fehérje	zsír	energia	fehérje	zsír	energia	fehérje	zsír
878 kcal	43 g	42 g	842 kcal	41 g	34 g	1080 kcal	73 g	42 g	972 kcal	41 g	36 g	1097 kcal	37 g	28 g
szénhidrát	t. zsír	só	szénhidrát	t. zsír	Só	szénhidrát	t. zsír	só	szénhidrát	t. zsír	só	szénhidrát	t. zsír	só
86 g	14 g	2,9 g	88 g	7 g	3,5 g	99 g	10 g	3,9 g	121 g	6 g	3,2 g	167 g	4 g	1,5 g

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

Venczel Lászlóné s.k.  
ételmezésvezető



# ISKOLA KONYHA EBÉD

4. HÉT

2019. JANUÁR 21.-TŐL JANUÁR 25.-IG

Étkezés	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK										
<b>EBÉD</b>	<p>Hamis gulyásleves</p> <p>Panírozott halrúd Burgonyapüré</p> <p>Cékla savanyú</p>	<p>Köménymagos leves Levesgyöngy</p> <p>Csirkepörkölt Copfocska tészta</p> <p>Káposztával töltött paprika</p>	<p>Fokhagyma krémleves</p> <p>Dubarry szelet Párolt rizs</p> <p>Narancs</p>	<p>Húsgombóc leves</p> <p>Borsos tokány Burgonyafőzelék</p>	<p>Jókai bableves</p> <p>Bukta</p>										
	ALLERGÉN: tej, glutén, hal, tojás	ALLERGÉN: glutén, tojás, zeller	ALLERGÉN: tej, glutén	ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller	ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller										
	energia 1164 kcal	fehérje 44 g	zsír 38 g	energia 916 kcal	fehérje 44 g	zsír 35 g	energia 1099 kcal	fehérje 48 g	zsír 43 g	energia 792 kcal	fehérje 51 g	zsír 31 g	energia 1144 kcal	fehérje 36 g	zsír 44 g
	szénhidrát 160 g	t.zsír 6 g	só 4,2 g	szénhidrát 101 g	t.zsír 4 g	só 3,6 g	szénhidrát 126 g	t.zsír 10 g	só 3,7 g	szénhidrát 74 g	t.zsír 8 g	só 3,8 g	szénhidrát 147 g	t.zsír 11 g	só 2,3 g

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

Venczel Lászlóné s.k.  
ételmezésvezető

# ISKOLA KONYHA EBÉD

5. HÉT

2019. JANUÁR 28.-TÓL JANUÁR 31.-IG

Étkezés	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK									
EBÉD	Egri húsleves	Májgombóclevés	Paradicsomleves	Palócleves										
	Túrós tészta	Kelkáposzta főzelék Sajtot vagdalthús pogácsa	Tavaszi sajtos csirkemell Párolt rizs	Paprikás burgonya kolbásszal										
	Alma													
	ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller	ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, mustár	ALLERGÉN:									
energia	fehérje	zsír	energia	fehérje	zsír	energia	fehérje	zsír	energia	fehérje	zsír	energia	fehérje	zsír
994 kcal	51 g	35 g	787 kcal	47 g	30 g	1176 kcal	39 g	44 g	1042 kcal	34 g	63 g	kcal	g	g
szénhidrát	t.zsír	só	szénhidrát	t.zsír	só	szénhidrát	t.zsír	só	szénhidrát	t.zsír	só	szénhidrát	t.zsír	só
113 g	20 g	4,2 g	78 g	8 g	4,2 g	151 g	10 g	4 g	78 g	16 g	3,5 g	g	g	g

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

Venczel Lászlóné s.k.  
ételmezésvezető