

## ISKOLA KONYHA ÉTLAP

**48. HÉT**

**2023.12.01.-2023.12.01-ig**

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																																		
<b>EBÉD</b>					Magyaros Burgonyaleves																																																		
					Csirkepaprikás Csőtészta																																																		
	ALLERGÉN: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>Kcal:</td> <td>F:</td> <td>Zs:</td> </tr> <tr> <td>Sz:</td> <td>Só:</td> <td>T.zs:</td> </tr> <tr> <td>Cuk:</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	Sz:	Só:	T.zs:	Cuk:			ALLERGÉN: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>Kcal:</td> <td>F:</td> <td>Zs:</td> </tr> <tr> <td>Sz:</td> <td>Só:</td> <td>T.zs:</td> </tr> <tr> <td>Cuk:</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	Sz:	Só:	T.zs:	Cuk:			ALLERGÉN: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>Kcal:</td> <td>F:</td> <td>Zs:</td> </tr> <tr> <td>Sz:</td> <td>Só:</td> <td>T.zs:</td> </tr> <tr> <td>Cuk:</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	Sz:	Só:	T.zs:	Cuk:			ALLERGÉN: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>Kcal:</td> <td>F:</td> <td>Zs:</td> </tr> <tr> <td>Sz:</td> <td>Só:</td> <td>T.zs:</td> </tr> <tr> <td>Cuk:</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	Sz:	Só:	T.zs:	Cuk:			ALLERGÉN: zeller,tojás,glutén,tej <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>Kcal:</td> <td>F:49</td> <td>Zs:47</td> </tr> <tr> <td>1066</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Sz:107</td> <td>Só:4,8</td> <td>T.zs:13</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Cuk:0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:	F:49	Zs:47	1066			Sz:107	Só:4,8	T.zs:13				Cuk:0	
Kcal:	F:	Zs:																																																					
Sz:	Só:	T.zs:																																																					
Cuk:																																																							
Kcal:	F:	Zs:																																																					
Sz:	Só:	T.zs:																																																					
Cuk:																																																							
Kcal:	F:	Zs:																																																					
Sz:	Só:	T.zs:																																																					
Cuk:																																																							
Kcal:	F:	Zs:																																																					
Sz:	Só:	T.zs:																																																					
Cuk:																																																							
Kcal:	F:49	Zs:47																																																					
1066																																																							
Sz:107	Só:4,8	T.zs:13																																																					
Cuk:0																																																							

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

**Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

Csibi Lajos s.k.  
intézményvezető

**Jó étvágyat kívánunk!**

Antek Tamás s.k.  
ételmezésvezető

## ISKOLA KONYHA ÉTLAP

**49. HÉT**

**2023.12.04-2023.12.08-ig**

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																													
<b>EBÉD</b>	Sárgaborsó leves	Meggy leves	Nokedli leves	Húsgombóc leves	Fokhagymakrém leves																																													
	Csikóstokány Szarvacska	Tavaszi sajtos csirkemell Párolt rizs	Lencsefőzelék Sertéspörkölt	Diós tészta Narancs	Frankfurti tokány Tarhonya																																													
	ALLERGÉN: tej, glutén, ,tojás, zeller,szója <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>Kcal: 1012</td> <td>F: 47</td> <td>Zs: 39</td> </tr> <tr> <td>Sz: 116</td> <td>Só: 4,4</td> <td>T.zs: 10</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal: 1012	F: 47	Zs: 39	Sz: 116	Só: 4,4	T.zs: 10	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén,tojás, zeller, <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>Kcal: 1250</td> <td>F:50</td> <td>Zs:41</td> </tr> <tr> <td>Sz:162</td> <td>Só:3,8</td> <td>T.zs:13</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 33</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal: 1250	F:50	Zs:41	Sz:162	Só:3,8	T.zs:13	Cuk: 33			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>Kcal: 804</td> <td>F:45</td> <td>Zs:26</td> </tr> <tr> <td>Sz: 95</td> <td>Só: 3,7</td> <td>T.zs: 7</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 8</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal: 804	F:45	Zs:26	Sz: 95	Só: 3,7	T.zs: 7	Cuk: 8			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás,zeller,dióféle <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>Kcal: 1049</td> <td>F 42</td> <td>Zs: 36</td> </tr> <tr> <td>Sz 131</td> <td>Só: 2,2</td> <td>T.zs: 7</td> </tr> <tr> <td>Cuk:26</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal: 1049	F 42	Zs: 36	Sz 131	Só: 2,2	T.zs: 7	Cuk:26			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás,zeller,szója, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>Kcal: 854</td> <td>F: 39</td> <td>Zs: 37</td> </tr> <tr> <td>Sz: 90</td> <td>Só: 3,7</td> <td>T.zs: 7</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal: 854	F: 39	Zs: 37	Sz: 90	Só: 3,7	T.zs: 7	Cuk: 0		
Kcal: 1012	F: 47	Zs: 39																																																
Sz: 116	Só: 4,4	T.zs: 10																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal: 1250	F:50	Zs:41																																																
Sz:162	Só:3,8	T.zs:13																																																
Cuk: 33																																																		
Kcal: 804	F:45	Zs:26																																																
Sz: 95	Só: 3,7	T.zs: 7																																																
Cuk: 8																																																		
Kcal: 1049	F 42	Zs: 36																																																
Sz 131	Só: 2,2	T.zs: 7																																																
Cuk:26																																																		
Kcal: 854	F: 39	Zs: 37																																																
Sz: 90	Só: 3,7	T.zs: 7																																																
Cuk: 0																																																		

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

**Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

Csibi Lajos s.k.  
intézményvezető

**Jó étvágyat kívánunk!**

Antek Tamás s.k.  
ételmezésvezető

## ISKOLA KONYHA ÉTLAP

**50. HÉT**

**2023.12.11-2023.12.15.-ig**

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																													
<b>EBÉD</b>	Tarhonya leves	Köménymagos leves Pirított kenyér kocka	Zöldborsó leves	Tejfölös karfiol leves	Árpagyöngy leves																																													
	Paradicsomos húsgombóc Kenyér	Mexikói csirkemell Szarvacska	Panírozott halrúd Petrezselymes burgonya	Leccsós sertésszelet Párolt rizs	Bukta																																													
	ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal: 727</td><td>F: 33</td><td>Zs: 24</td></tr> <tr><td>Sz: 92</td><td>Só: 3,4</td><td>T.zs: 8</td></tr> <tr><td>Cuk:15</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal: 727	F: 33	Zs: 24	Sz: 92	Só: 3,4	T.zs: 8	Cuk:15			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal: 852</td><td>F: 42</td><td>Zs: 27</td></tr> <tr><td>Sz: 107</td><td>Só: 3,4</td><td>T.zs: 7</td></tr> <tr><td>Cuk:0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal: 852	F: 42	Zs: 27	Sz: 107	Só: 3,4	T.zs: 7	Cuk:0			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, hal <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal: 1034</td><td>F: 45</td><td>Zs: 35</td></tr> <tr><td>Sz: 131</td><td>Só: 4,6</td><td>T.zs: 4</td></tr> <tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal: 1034	F: 45	Zs: 35	Sz: 131	Só: 4,6	T.zs: 4	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal: 918</td><td>F: 36</td><td>Zs: 38</td></tr> <tr><td>Sz: 106</td><td>Só: 4,5</td><td>T.zs: 9</td></tr> <tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal: 918	F: 36	Zs: 38	Sz: 106	Só: 4,5	T.zs: 9	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, zeller, tojás, <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal 945</td><td>F 25</td><td>Zs 36</td></tr> <tr><td>Sz 123</td><td>Só 3</td><td>T.zs:7</td></tr> <tr><td>Cuk 0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal 945	F 25	Zs 36	Sz 123	Só 3	T.zs:7	Cuk 0		
Kcal: 727	F: 33	Zs: 24																																																
Sz: 92	Só: 3,4	T.zs: 8																																																
Cuk:15																																																		
Kcal: 852	F: 42	Zs: 27																																																
Sz: 107	Só: 3,4	T.zs: 7																																																
Cuk:0																																																		
Kcal: 1034	F: 45	Zs: 35																																																
Sz: 131	Só: 4,6	T.zs: 4																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal: 918	F: 36	Zs: 38																																																
Sz: 106	Só: 4,5	T.zs: 9																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal 945	F 25	Zs 36																																																
Sz 123	Só 3	T.zs:7																																																
Cuk 0																																																		

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

**Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

Csibi Lajos s.k.  
intézményvezető

**Jó étvágyat kívánunk!**

Antek Tamás s.k.  
ételmezésvezető

## ISKOLA KONYHA ÉTLAP

**51. HÉT**

**2023.12.18-2023.12.21-ig**

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																																																					
<b>EBÉD</b>	Zöldség leves csigatészta	Lebbencs leves	Paradicsomleves	Mészáros leves																																																																						
	Tarhonyáshús Csemege uborka	Paraszt káposzta	Rántott csirkemell Kukoricás rizs	Rakott túrós tészta Kiwi																																																																						
	ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal:</td><td>F:</td><td>Zs:</td></tr> <tr><td>696</td><td>34</td><td>23</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>84</td><td>4,1</td><td>4</td></tr> <tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	696	34	23	Sz:	Só:	T.zs:	84	4,1	4	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás,zeller <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal:</td><td>F:</td><td>Zs:</td></tr> <tr><td>610</td><td>28</td><td>33</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>42</td><td>5,6</td><td>4</td></tr> <tr><td>Cuk:0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	610	28	33	Sz:	Só:	T.zs:	42	5,6	4	Cuk:0			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal:</td><td>F:</td><td>Zs:</td></tr> <tr><td>1160</td><td>49</td><td>26</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>178</td><td>3,7</td><td>4</td></tr> <tr><td>Cuk: 25</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	1160	49	26	Sz:	Só:	T.zs:	178	3,7	4	Cuk: 25			ALLERGÉN: tej, glutén,tojás, zeller <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal:</td><td>F</td><td>Zs:</td></tr> <tr><td>979</td><td>46:</td><td>27</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>126</td><td>2,3</td><td>8</td></tr> <tr><td>Cuk: 30</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F	Zs:	979	46:	27	Sz:	Só:	T.zs:	126	2,3	8	Cuk: 30			ALLERGÉN: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal:</td><td>F:</td><td>Zs:</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>Cuk:</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	Sz:	Só:	T.zs:	Cuk:		
Kcal:	F:	Zs:																																																																								
696	34	23																																																																								
Sz:	Só:	T.zs:																																																																								
84	4,1	4																																																																								
Cuk: 0																																																																										
Kcal:	F:	Zs:																																																																								
610	28	33																																																																								
Sz:	Só:	T.zs:																																																																								
42	5,6	4																																																																								
Cuk:0																																																																										
Kcal:	F:	Zs:																																																																								
1160	49	26																																																																								
Sz:	Só:	T.zs:																																																																								
178	3,7	4																																																																								
Cuk: 25																																																																										
Kcal:	F	Zs:																																																																								
979	46:	27																																																																								
Sz:	Só:	T.zs:																																																																								
126	2,3	8																																																																								
Cuk: 30																																																																										
Kcal:	F:	Zs:																																																																								
Sz:	Só:	T.zs:																																																																								
Cuk:																																																																										

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

**Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

Csibi Lajos s.k.  
intézményvezető

**Jó étvágyat kívánunk!**

Antek Tamás s.k.  
ételmezésvezető