|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **PÉCS** | **Általános Iskola alsó tagozat AB menü** | **2023.05.29 – 2023.06.04.** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| TÍZÓRAI | **PÜNKÖSD** | TejKalács  | TeaKörözöttKenyér  | TejSzilva extra dzsemMargarinTeljes kiőrlésű kenyér  | TeaFőtt tojásMargarinTeljes kiőrlésű kenyér  |  |  |
| Allergének: | Allergének:1, 3, 7 | Allergének:1, 7, 10 | Allergének:1 | Allergének:1, 3 | Allergének: | Allergének: |
| EN:  |  | EN: 293 |  | EN: 220 |  | EN: 229 |  | EN: 247 |  | EN:  |  | EN:  |  |
| ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS: 9,2 | TZS: 4,7 | FH: 10,9 | ZS: 3,6 | TZS: 3 | FH: 8,7 | ZS: 2,9 | TZS: 0,8 | FH: 4,4 | ZS: 7,6 | TZS: 3,8 | FH: 9,6 | ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS:  | TZS:  | FH:  |
| SZH:  | CK:  | SÓ:  | SZH: 41,6 | CK: 16,8 | SÓ: 0,8 | SZH: 37,3 | CK: 10,8 | SÓ: 1 | SZH: 44,1 | CK: 20,4 | SÓ: 0,8 | SZH: 32,6 | CK: 9,8 | SÓ: 0,9 | SZH:  | CK:  | SÓ:  | SZH:  | CK:  | SÓ:  |
| EBÉD A | **PÜNKÖSD** | Gulyásleves sertéshússal Mákos metéltAlma | KertészlevesParadicsomos sertés húsgombócFőtt burgonyaTeljes kiőrlésű kenyér  | BrokkolikrémlevesLevesgyönggyelRántott halfiléSárgarépás rizsKáposztasaláta | Magyaros gombalevesBorsófehérje fasírt Majorannás burgonyafőzelék |  |  |
| Allergének: | Allergének:1, 3, 9, 10, 12 | Allergének:1, 3, 9, 10, 12 | Allergének:1, 3, 4, 7, 10 | Allergének:1, 3, 7, 9, 10, 12 | Allergének: | Allergének: |
| EN:  |  | EN: 655 |  | EN: 605 |  | EN: 644 |  | EN: 750 |  | EN:  |  | EN:  |  |
| ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS: 22,5 | TZS: 4,6 | FH: 22,1 | ZS: 16,5 | TZS: 4,2 | FH: 20,3 | ZS: 19,8 | TZS: 3,8 | FH: 22,9 | ZS: 30,7 | TZS: 6,6 | FH: 21,8 | ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS:  | TZS:  | FH:  |
| SZH:  | CK:  | SÓ:  | SZH: 89,8 | CK: 32,2 | SÓ: 1,6 | SZH: 91,6 | CK: 28,4 | SÓ: 3,8 | SZH: 90,3 | CK: 14,7 | SÓ: 2,9 | SZH: 91,7 | CK: 6,5 | SÓ: 4 | SZH:  | CK:  | SÓ:  | SZH:  | CK:  | SÓ:  |
| EBÉD B | **PÜNKÖSD** | Gulyásleves sertéshússal Túrótöltelékes gombóc Vaníliás tejföllelAlma | KertészlevesÉdes, savanyú csirkecsíkokPárolt rizs | BrokkolikrémlevesLevesgyönggyelPulykapörköltBulgur Káposztasaláta | Magyaros gombalevesTejbedara Kakaós szórattal  |  |  |
| Allergének: | Allergének:1, 3, 6, 7, 9, 10, 12 | Allergének:1, 3, 6, 9, 10 | Allergének:1, 3, 7, 10 | Allergének:1, 3, 6, 7, 9, 10 | Allergének: | Allergének: |
| EN:  |  | EN: 677 |  | EN: 605 |  | EN: 602 |  | EN: 607 |  | EN:  |  | EN:  |  |
| ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS: 22,2 | TZS: 7,8 | FH: 21,2 | ZS: 12,1 | TZS: 1,5 | FH: 24,7 | ZS: 20,2 | TZS: 4 | FH: 26 | ZS: 9,3 | TZS: 2,7 | FH: 18,5 | ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS:  | TZS:  | FH:  |
| SZH:  | CK:  | SÓ:  | SZH: 96,9 | CK: 46,5 | SÓ: 3,3 | SZH: 94,8 | CK: 13 | SÓ: 2,2 | SZH: 75,4 | CK: 13,2 | SÓ: 3,1 | SZH: 108,6 | CK: 39,2 | SÓ: 0,6 | SZH:  | CK:  | SÓ:  | SZH:  | CK:  | SÓ:  |
| UZSONNA | **PÜNKÖSD** | Sajtkrém Teljes kiőrlésű zsemle Paprika  | Trappista sajtMargarinZsemleKígyóuborka | Füstölt baromfi párizsiMargarinKenyér Retek | Túró desszert Alma |  |  |
| Allergének: | Allergének:1, 7 | Allergének:1, 6, 7 | Allergének:1, 6 | Allergének:6, 7 | Allergének: | Allergének: |
| EN:  |  | EN: 179 |  | EN: 296 |  | EN: 204 |  | EN: 113 |  | EN:  |  | EN:  |  |
| ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS: 6,2 | TZS: 3,8 | FH: 6,3 | ZS: 10,5 | TZS: 5,8 | FH: 13,9 | ZS: 6,9 | TZS: 2,5 | FH: 7,7 | ZS: 4,4 | TZS: 14,3 | FH: 1,9 | ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS:  | TZS:  | FH:  |
| SZH:  | CK:  | SÓ:  | SZH: 22,9 | CK: 1,3 | SÓ: 1,1 | SZH: 34,8 | CK: 0,3 | SÓ: 1,1 | SZH: 27,2 | CK: 1,6 | SÓ: 1,7 | SZH: 16 | CK: 14,9 | SÓ: 0 | SZH:  | CK:  | SÓ:  | SZH:  | CK:  | SÓ:  |



|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **PÉCS** | **Általános Iskola alsó tagozat AB menü** | **2023.06.05 – 2023.06.11.** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| TÍZÓRAI |  TeaPogácsa | Kakaós tejMargarinKifli | TeaMediterrán tonhalkrémTeljes kiőrlésű kenyér | TejMézMargarinKenyér | TeaMajonézes tojáskrémTeljes kiőrlésű kenyérPaprika |  |  |
| Allergének:1, 3, 7 | Allergének:1, 7 | Allergének:1, 3, 4, 6, 7, 9, 10 | Allergének:1, 7 | Allergének:1, 3, 7, 10 | Allergének: | Allergének: |
| EN: 252 |  | EN: 298 |  | EN: 189 |  | EN: 299 |  | EN: 204 |  | EN:  |  | EN:  |  |
| ZS: 11,5 | TZS: 5,9 | FH: 4,6 | ZS: 8,1 | TZS: 3,9 | FH: 10,2 | ZS: 4,9 | TZS: 2,6 | FH: 5,1 | ZS: 5,4 | TZS: 2,6 | FH: 10,3 | ZS: 5,6 | TZS: 2,1 | FH: 5,5 | ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS:  | TZS:  | FH:  |
| SZH: 32 | CK: 9,4 | SÓ: 1,6 | SZH: 46,5 | CK: 25,3 | SÓ: 0,8 | SZH: 29,3 | CK: 9,9 | SÓ: 1,2 | SZH: 51,8 | CK: 25,7 | SÓ: 1,2 | SZH: 30,3 | CK: 10,1 | SÓ: 1,6 | SZH:  | CK:  | SÓ:  | SZH:  | CK:  | SÓ:  |
| EBÉD A | DaragaluskalevesCsikós sertéstokányPárolt rizs | Pikáns karfiolkrémlevesZsemlekockával Bolognai spagetti sertéshússal Reszelt sajt  | GyümölcslevesRántott csirkemellPetrezselymes rizsVitaminsaláta | ZöldséglevesSertésfasírtSárgaborsófőzelékTeljes kiőrlésű kenyér  | LebbencslevesTúrótöltelékes gombócVaníliás tejföllelAlma |  |  |
| Allergének:1, 3, 7, 9, 10 | Allergének:1, 7, 9, 10, 12 | Allergének:1, 3, 6, 7, 10 | Allergének:1, 3, 6, 7, 9, 10 | Allergének:1, 3, 6, 7, 9, 10, 12 | Allergének: | Allergének: |
| EN: 603 |  | EN: 671 |  | EN: 698 |  | EN: 727 |  | EN: 633 |  | EN:  |  | EN:  |  |
| ZS: 25,8 | TZS: 7,8 | FH: 19,5 | ZS: 27,6 | TZS: 10,6 | FH: 30,8 | ZS: 9 | TZS: 2,4 | FH: 31,5 | ZS: 21,2 | TZS: 5,6 | FH: 34,6 | ZS: 16,2 | TZS: 6,1 | FH: 15,6 | ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS:  | TZS:  | FH:  |
| SZH: 69,9 | CK: 5,1 | SÓ: 2,3 | SZH: 74,3 | CK: 16,2 | SÓ: 2,6 | SZH: 119,7 | CK: 39,9 | SÓ: 1,7 | SZH: 87,8 | CK: 8,7 | SÓ: 3,1 | SZH: 104,4 | CK: 45,2 | SÓ: 3,2 | SZH:  | CK:  | SÓ:  | SZH:  | CK:  | SÓ:  |
| EBÉD B | DaragaluskalevesCsirke nuggetsKertifőzelékKenyér | Pikáns karfiolkrémleves Zsemlekockával Sült csirkecombPetrezselymes rizsCéklasaláta  | GyümölcslevesHentes sertéstokányTarhonya | ZöldséglevesSertésflekkenHagymás tört burgonyaKáposztasaláta  | LebbencslevesDejós nudliVaníliás öntettelAlma |  |  |
| Allergének:1, 3, 6, 7, 9, 10 | Allergének:1, 7, 9, 10, 12 | Allergének:1, 7, 10 | Allergének:1, 3, 9, 10, 12 | Allergének:1, 3, 6, 7, 9, 10, 12 | Allergének: | Allergének: |
| EN: 607 |  | EN: 608 |  | EN: 605 |  | EN: 601 |  | EN: 746 |  | EN:  |  | EN:  |  |
| ZS: 17,2 | TZS: 3,8 | FH: 24,8 | ZS: 13,2 | TZS: 4,1 | FH: 43,5 | ZS: 16,7 | TZS: 5,6 | FH: 21,7 | ZS: 26,3 | TZS: 6,6 | FH: 20,1 | ZS: 11,9 | TZS: 2,9 | FH: 20 | ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS:  | TZS:  | FH:  |
| SZH: 84,5 | CK: 8,4 | SÓ: 2,7 | SZH: 74,5 | CK: 6,7 | SÓ: 3 | SZH: 88,5 | CK: 30,7 | SÓ: 1,7 | SZH: 66,8 | CK: 14,2 | SÓ: 2,9 | SZH: 135,4 | CK: 38,5 | SÓ: 3,7 | SZH:  | CK:  | SÓ:  | SZH:  | CK:  | SÓ:  |
| UZSONNA | Magyaros vajkrémTeljes kiőrlésű kenyérKígyóuborka | PulykasonkaMargarinTeljes kiőrlésű zsemleSárgarépa korong  | MargarinZsemlePaprika | Zala felvágottMargarinKenyérRetek | Kocka sajtKifli |  |  |
| Allergének:1, 7 | Allergének:1, 6, 7, 9, 10 | Allergének:1, 6 | Allergének:1 | Allergének:1, 7 | Allergének: | Allergének: |
| EN: 159 |  | EN: 167 |  | EN: 210 |  | EN: 183 |  | EN: 137 |  | EN:  |  | EN:  |  |
| ZS: 5,7 | TZS: 3,8 | FH: 4,2 | ZS: 4,2 | TZS: 1,3 | FH: 8,2 | ZS: 4,8 | TZS: 1,3 | FH: 6 | ZS: 5 | TZS: 2 | FH: 6,8 | ZS: 2,9 | TZS: 1,5 | FH: 4,7 | ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS:  | TZS:  | FH:  |
| SZH: 21,2 | CK: 0,7 | SÓ: 0,8 | SZH: 22,4 | CK: 1,5 | SÓ: 1,3 | SZH: 34,8 | CK: 0,4 | SÓ: 0,8 | SZH: 27,1 | CK: 0,9 | SÓ: 1,4 | SZH: 22,7 | CK: 1,3 | SÓ: 0,6 | SZH:  | CK:  | SÓ:  | SZH:  | CK:  | SÓ:  |



|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **PÉCS** | **Általános Iskola alsó tagozat AB menü** | **2023.06.12 – 2023.06.18.** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| TÍZÓRAI | TejSzilva extra dzsemMargarinKenyér | TeaBaromfi párizsiMargarinTeljes kiőrlésű kenyér | TeaPóréhagymás túrókrémZsemle | TejeskávéFatörzs kifli | TeaTojáskarikaMargarinTeljes kiőrlésű kenyérRetek  |  |  |
| Allergének:1, 7 | Allergének:1 | Allergének:1, 6, 7 | Allergének:1, 3, 7 | Allergének:1, 3 | Allergének: | Allergének: |
| EN: 283 |  | EN: 201 |  | EN: 267 |  | EN: 315 |  | EN: 212 |  | EN:  |  | EN:  |  |
| ZS: 5,5 | TZS: 2,6 | FH: 10,4 | ZS: 6,4 | TZS: 0,8 | FH: 5,6 | ZS: 4,7 | TZS: 3,9 | FH: 10,1 | ZS: 9,8 | TZS: 4,9 | FH: 10,2 | ZS: 6,3 | TZS: 3 | FH: 7,8 | ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS:  | TZS:  | FH:  |
| SZH: 47,4 | CK: 20,5 | SÓ: 1,2 | SZH: 28,8 | CK: 9,4 | SÓ: 1,1 | SZH: 44,8 | CK: 11,1 | SÓ: 0,9 | SZH: 46,4 | CK: 25,7 | SÓ: 0,7 | SZH: 29,1 | CK: 10,4 | SÓ: 0,8 | SZH:  | CK:  | SÓ:  | SZH:  | CK:  | SÓ:  |
| EBÉD A | TavaszilevesParadicsomos sertéshúsos káposztaTeljes kiőrlésű kenyér  | Köményleves Zsemlekockával Bakonyi sertésraguBulgurAlma | Tárkonyos zöldséglevesPaprikás burgonya virslivelCéklasaláta Teljes kiőrlésű kenyér | Édes gyökérkrémlevesRántott halfiléSárgarépás rizsUborkasaláta  | ParadicsomlevesZöldborsós, tejszínes metélt  |  |  |
| Allergének:1, 3, 10 | Allergének:1, 7, 9, 10 | Allergének:1, 3, 9, 10, 12 | Allergének:1, 3, 4, 7, 9, 10 | Allergének:1, 3, 7, 9, 10 | Allergének: | Allergének: |
| EN: 606 |  | EN: 609 |  | EN: 625 |  | EN: 603 |  | EN: 600 |  | EN:  |  | EN:  |  |
| ZS: 21,2 | TZS: 5,6 | FH: 23,5 | ZS: 26,5 | TZS: 7,5 | FH: 22,1 | ZS: 16,8 | TZS: 3,8 | FH: 24,3 | ZS: 15,6 | TZS: 2,5 | FH: 21,7 | ZS: 12,1 | TZS: 2,5 | FH: 18,2 | ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS:  | TZS:  | FH:  |
| SZH: 75,8 | CK: 30,9 | SÓ: 2,1 | SZH: 66,8 | CK: 8,5 | SÓ: 2,9 | SZH: 90,3 | CK: 6,3 | SÓ: 3,4 | SZH: 90,6 | CK: 9,9 | SÓ: 2,4 | SZH: 101,2 | CK: 34,1 | SÓ: 1,4 | SZH:  | CK:  | SÓ:  | SZH:  | CK:  | SÓ:  |
| EBÉD B | TavaszilevesRakott karfiol sertéshússal  | Köményleves zsemlekockával Gyros csirkecsíkokSteak burgonyaFriss saláta joghurtos öntettelAlma | Tárkonyos zöldséglevesSzárnyas paellaCéklasaláta | Édes gyökérkrémlevesVadas sertésraguMakaróni | ParadicsomlevesRántott brokkoliPritaminos rizsMajonéz |  |  |
| Allergének:1, 3, 7, 10 | Allergének:1, 7, 9, 10, 12 | Allergének:1, 3, 9, 10 | Allergének:1, 7, 9, 10 | Allergének:1, 3, 6, 7, 9, 10 | Allergének: | Allergének: |
| EN: 604 |  | EN: 605 |  | EN: 600 |  | EN: 673 |  | EN: 742 |  | EN:  |  | EN:  |  |
| ZS: 23,6 | TZS: 7,9 | FH: 26 | ZS: 25,9 | TZS: 9,5 | FH: 32 | ZS: 10,1 | TZS: 1,1 | FH: 26,8 | ZS: 24,7 | TZS: 7,8 | FH: 26,1 | ZS: 29,7 | TZS: 3,4 | FH: 13,1 | ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS:  | TZS:  | FH:  |
| SZH: 68,2 | CK: 8,1 | SÓ: 1,8 | SZH: 60,2 | CK: 10,9 | SÓ: 4 | SZH: 96,2 | CK: 8,7 | SÓ: 2,2 | SZH: 87 | CK: 16,8 | SÓ: 1,3 | SZH: 100,8 | CK: 32,3 | SÓ: 4 | SZH:  | CK:  | SÓ:  | SZH:  | CK:  | SÓ:  |
| UZSONNA | KenőmájasKifliPóréhagyma | Sajtkrém napraforgómaggalZsemlePaprika | Libazsíros kenyérRetek | Paprikás szalámiMargarinTeljes kiőrlésű kenyérÚjhagyma | Túró desszertKifli |  |  |
| Allergének:1, 6, 7, 9, 10 | Allergének:1, 6, 7 | Allergének:1, 7 | Allergének:1 | Allergének:1, 6, 7 | Allergének: | Allergének: |
| EN: 186 |  | EN: 224 |  | EN: 310 |  | EN: 226 |  | EN: 193 |  | EN:  |  | EN:  |  |
| ZS: 7 | TZS: 2,5 | FH: 6,9 | ZS: 5,1 | TZS: 2,2 | FH: 7,6 | ZS: 20,2 | TZS: 8,2 | FH: 4,6 | ZS: 11,6 | TZS: 3,9 | FH: 8,2 | ZS: 5,4 | TZS: 14,5 | FH: 5,2 | ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS:  | TZS:  | FH:  |
| SZH: 23,6 | CK: 2,2 | SÓ: 1 | SZH: 35,8 | CK: 0,9 | SÓ: 0,9 | SZH: 26,8 | CK: 1,1 | SÓ: 0,9 | SZH: 21 | CK: 0,1 | SÓ: 1,4 | SZH: 30,5 | CK: 8,5 | SÓ: 0,6 | SZH:  | CK:  | SÓ: | SZH:  | CK:  | SÓ:  |



