|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **PÉCS** | **Általános Iskola felső 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: 234 |  | EN: 253 |  | EN: 247 |  | EN:  |  | EN:  |  |
| ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS: 9,2 | TZS: 4,7 | FH: 10,9 | ZS: 4,2 | TZS: 3,7 | FH: 10,1 | 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: 37,6 | CK: 11,2 | SÓ: 1,1 | SZH: 50 | CK: 25,9 | 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: 761 |  | EN: 708 |  | EN: 721 |  | EN: 801 |  | EN:  |  | EN:  |  |
| ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS: 24,6 | TZS: 5,3 | FH: 26,8 | ZS: 20,3 | TZS: 5,6 | FH: 24,5 | ZS: 23,1 | TZS: 4,3 | FH: 24,3 | ZS: 33,6 | TZS: 6,7 | FH: 22,6 | ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS:  | TZS:  | FH:  |
| SZH:  | CK:  | SÓ:  | SZH: 106,4 | CK: 33,1 | SÓ: 1,7 | SZH: 102,1 | CK: 29,2 | SÓ: 3,9 | SZH: 100,4 | CK: 15,4 | SÓ: 2,9 | SZH: 97,7 | 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: 818 |  | EN: 729 |  | EN: 701 |  | EN: 707 |  | EN:  |  | EN:  |  |
| ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS: 26 | TZS: 9,6 | FH: 26,4 | ZS: 15,1 | TZS: 1,7 | FH: 27,1 | ZS: 22,8 | TZS: 4,5 | FH: 31,8 | ZS: 11,3 | TZS: 2,7 | FH: 20,5 | ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS:  | TZS:  | FH:  |
| SZH:  | CK:  | SÓ:  | SZH: 118,3 | CK: 56,9 | SÓ: 4 | SZH: 116,9 | CK: 15,9 | SÓ: 2,7 | SZH: 94,6 | CK: 13,5 | SÓ: 3,1 | SZH: 126,6 | CK: 47,2 | 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: 202 |  | EN: 332 |  | EN: 223 |  | EN: 113 |  | EN:  |  | EN:  |  |
| ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS: 8 | TZS: 5 | FH: 7,2 | ZS: 13,2 | TZS: 7,5 | FH: 16,6 | ZS: 8,5 | TZS: 3,2 | FH: 8,8 | ZS:4,4 | TZS: 14,3 | FH: 1,9 | ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS:  | TZS:  | FH:  |
| SZH:  | CK:  | SÓ:  | SZH: 23,6 | CK: 1,7 | SÓ: 1,2 | SZH: 35 | CK: 0,3 | SÓ: 1,3 | SZH: 27,4 | CK: 2 | SÓ: 1,9 | SZH: 16 | CK: 14,9 | SÓ: 0 | SZH:  | CK:  | SÓ:  | SZH:  | CK:  | SÓ:  |



|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **PÉCS** | **Általános Iskola felső 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: 212 |  | EN: 332 |  | EN: 206 |  | EN:  |  | EN:  |  |
| ZS: 11,5 | TZS: 5,9 | FH: 4,6 | ZS: 8,1 | TZS: 3,9 | FH: 10,2 | ZS: 7 | TZS: 3,8 | FH: 5,9 | ZS: 5,4 | TZS: 2,6 | FH: 10,3 | ZS: 5,6 | TZS: 2,1 | FH: 5,7 | ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS:  | TZS:  | FH:  |
| SZH: 32 | CK: 9,4 | SÓ: 1,6 | SZH: 46,5 | CK: 25,3 | SÓ: 0,8 | SZH: 29,7 | CK: 10,2 | SÓ: 1,4 | SZH: 59,9 | CK: 33,8 | SÓ: 1,2 | SZH: 30,6 | 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: 702 |  | EN: 743 |  | EN: 739 |  | EN: 790 |  | EN: 763 |  | EN:  |  | EN:  |  |
| ZS: 29,5 | TZS: 8,6 | FH: 23,5 | ZS: 27,9 | TZS: 10,7 | FH: 33,6 | ZS: 10,2 | TZS: 2,6 | FH: 34,7 | ZS: 23,1 | TZS: 6,3 | FH: 37,5 | ZS: 19,6 | TZS: 7,4 | FH: 19,1 | ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS:  | TZS:  | FH:  |
| SZH: 81,3 | CK: 5,4 | SÓ: 2,3 | SZH: 88,9 | CK: 17,1 | SÓ: 2,7 | SZH: 124,1 | CK: 40,3 | SÓ: 2 | SZH: 96,2 | CK: 9,9 | SÓ: 3,4 | SZH: 125,7 | CK: 55,7 | SÓ: 4 | 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: 701 |  | EN: 701 |  | EN: 706 |  | EN: 703 |  | EN: 849 |  | EN:  |  | EN:  |  |
| ZS: 22,2 | TZS: 4,2 | FH: 27 | ZS: 15,2 | TZS: 4,1 | FH: 45,7 | ZS: 18,3 | TZS: 6 | FH: 26,2 | ZS: 29,7 | TZS: 7,5 | FH: 24,2 | ZS: 15,7 | TZS: 3,8 | FH: 23,7 | ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS:  | TZS:  | FH:  |
| SZH: 93,9 | CK: 9 | SÓ: 3,1 | SZH: 91,1 | CK: 7,2 | SÓ: 3,1 | SZH: 105,3 | CK: 31,6 | SÓ: 2,1 | SZH: 80,5 | CK: 15 | SÓ: 3,3 | SZH: 145,2 | CK: 41,9 | SÓ: 4 | 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: 187 |  | EN: 186 |  | EN: 212 |  | EN: 202 |  | EN: 137 |  | EN:  |  | EN:  |  |
| ZS: 8,2 | TZS: 5,6 | FH: 4,6 | ZS: 5 | TZS: 1,5 | FH: 10,3 | ZS: 4,8 | TZS: 1,3 | FH: 6,1 | ZS: 6,3 | TZS: 2,8 | FH: 8,2 | ZS: 2,9 | TZS: 1,5 | FH: 4,7 | ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS:  | TZS:  | FH:  |
| SZH: 22,2 | CK: 1 | SÓ: 0,8 | SZH: 23,3 | CK: 2,1 | SÓ: 1,6 | SZH: 35,1 | CK: 0,4 | SÓ: 0,8 | SZH: 27,5 | CK: 1,3 | SÓ: 1,7 | SZH: 22,7 | CK: 1,3 | SÓ: 0,6 | SZH:  | CK:  | SÓ:  | SZH:  | CK:  | SÓ:  |



|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **PÉCS** | **Általános Iskola felső 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: 308 |  | EN: 223 |  | EN: 267 |  | EN: 315 |  | EN: 214 |  | EN:  |  | EN:  |  |
| ZS: 5,6 | TZS: 2,6 | FH: 10,4 | ZS: 8,2 | TZS: 0,8 | FH: 6,6 | ZS: 4,7 | TZS: 3,9 | FH: 10,1 | ZS: 9,8 | TZS: 4,9 | FH: 10,2 | ZS: 6,3 | TZS: 3 | FH: 7,9 | ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS:  | TZS:  | FH:  |
| SZH: 53,3 | CK: 26 | SÓ: 1,2 | SZH: 28,9 | CK: 9,4 | SÓ: 1,3 | SZH: 44,8 | CK: 11,1 | SÓ: 0,9 | SZH: 46,4 | CK: 25,7 | SÓ: 0,7 | SZH: 29,3 | CK: 10,8 | 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: 701 |  | EN: 702 |  | EN: 702 |  | EN: 721 |  | EN: 701 |  | EN:  |  | EN:  |  |
| ZS: 23,3 | TZS: 5,6 | FH: 23,7 | ZS: 28,5 | TZS: 8,2 | FH: 26,1 | ZS: 19,6 | TZS: 4,4 | FH: 27,7 | ZS: 17,8 | TZS: 2,7 | FH: 25,7 | ZS: 12,4 | TZS: 2,6 | FH: 21,6 | ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS:  | TZS:  | FH:  |
| SZH: 94,6 | CK: 36,4 | SÓ: 2,1 | SZH: 81,1 | CK: 8,5 | SÓ: 3,1 | SZH: 99,5 | CK: 7,1 | SÓ: 3,9 | SZH: 110,4 | CK: 10,3 | SÓ: 2,4 | SZH: 117,6 | CK: 35 | 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: 709 |  | EN: 719 |  | EN: 700 |  | EN: 710 |  | EN: 850 |  | EN:  |  | EN:  |  |
| ZS: 25,6 | TZS: 8 | FH: 27,2 | ZS: 27,2 | TZS: 9,5 | FH: 37,4 | ZS: 13,1 | TZS: 1,3 | FH: 32 | ZS: 24,9 | TZS: 7,8 | FH: 27,6 | ZS: 30,5 | TZS: 3,5 | FH: 15,9 | ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS:  | TZS:  | FH:  |
| SZH: 88 | CK: 8,5 | SÓ: 1,8 | SZH: 76,6 | CK: 11 | SÓ: 4 | SZH: 109,4 | CK: 10,1 | SÓ: 2,6 | SZH: 94,3 | CK: 17,3 | SÓ: 1,5 | SZH: 122,2 | CK: 32,9 | 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: 224 |  | EN: 246 |  | EN: 310 |  | EN: 275 |  | EN: 193 |  | EN:  |  | EN:  |  |
| ZS: 10 | TZS: 3,7 | FH: 8,4 | ZS: 6,9 | TZS: 3,4 | FH: 8,4 | ZS: 20,2 | TZS: 8,2 | FH: 4,6 | ZS: 16 | TZS: 5,4 | FH: 10,3 | ZS: 5,4 | TZS: 14,5 | FH: 5,2 | ZS:  | TZS:  | FH:  | ZS:  | TZS:  | FH:  |
| SZH: 24,6 | CK: 3 | SÓ: 1,3 | SZH: 36,4 | CK: 1,3 | SÓ: 1,1 | SZH: 26,8 | CK: 1,1 | SÓ: 0,9 | SZH: 21,3 | CK: 0,2 | SÓ: 1,8 | SZH: 30,5 | CK: 8,5 | SÓ: 0,6 | SZH:  | CK:  | SÓ: | SZH:  | CK:  | SÓ:  |



