



ÉTLAP

Pécs

Általános iskola alsó tagozat

2025.03.31.–2025.04.04.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

TÍZÓRAI

Tej
Csokis gabonagolyó

Allergének:
1,6,7

EN:246
ZS:4,6
SZH:41,8

TZS:2,3
CK:23,8
FH:9
SÓ:0,32

Tea
Áfonyás túrókrém
Teljes kiőrlésű zsemle

Allergének:
1,7

EN:220
ZS:2,1
SZH:41,3

TZS:1,2
CK:15,1
FH:7,5
SÓ:0,61

Tejeskávé
Fatörzs kifli

Allergének:
1,3,7

EN:293
ZS:6,5
SZH:47,1

TZS:3,7
CK:20,7
FH:10,8
SÓ:0,56

Tea
Reszelt sajt
Margarin
Fehér kenyér

Allergének:
1,7

EN:241
ZS:7,8
SZH:32,9

TZS:4,5
CK:9,1
FH:9
SÓ:1

Tea
Majonézes tojáskrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Zöldpaprika

Allergének:
1,3,10

EN:239
ZS:5,7
SZH:36,7

TZS:1,2
CK:10,6
FH:6,6
SÓ:1,01

EBÉD A

Brokkolikrémleves
Pirított zsemlekocka
Pincepörkölt
Teljes kiőrlésű kenyér
Csalamádé

Allergének:
1,7,10,12

EN:520
ZS:15,9
SZH:64,8

TZS:5,3
CK:7,6
FH:23,3
SÓ:2,65

Bagolyborsó leves
Tonhalas fusilli
Sajt szórat

Allergének:
1,3,4,6,7,9,10,12

EN:773
ZS:28,3
SZH:85,6

TZS:9,5
CK:15,6
FH:41,5
SÓ:2,96

Almalé 100%-os
Natúr sertéskaraj
Sajtmártás
Sárgarépás rizs

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:672
ZS:22,7
SZH:88,7

TZS:5,7
CK:34,8
FH:23,9
SÓ:2,4

Csontleves
Paradicsomos húsos káposzta
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:523
ZS:22,4
SZH:55,9

TZS:5,8
CK:22,3
FH:20,3
SÓ:2,16

Tejfőlös burgonyaleves
Szilvatöltelikes gombóc
Porcukor szórat
Alma

Allergének:
1,7,9,12

EN:793
ZS:15,4
SZH:136,7

TZS:4,1
CK:41,9
FH:20,5
SÓ:1,74

EBÉD B

Brokkolikrémleves
Pirított zsemlekocka
Édes-savanyú csirkeragu
Párolt rizs

Allergének:
1,6,7,12

EN:523
ZS:12,4
SZH:77,8

TZS:1,9
CK:14
FH:20,3
SÓ:1,93

Bagolyborsó leves
Kukorica morzsás csirkemell csík
Bulgur
Vitaminálata

Allergének:
1,7,9,12

EN:719
ZS:24,7
SZH:89,6

TZS:4,6
CK:9,6
FH:25,2
SÓ:2,63

Almalé 100%-os
Reszelt sertésmáj
Petrezselymes burgonya
Csemegeuborka

Allergének:
1,10,12

EN:472
ZS:10,3
SZH:66,1

TZS:3,1
CK:26,1
FH:23,7
SÓ:1,63

Csontleves
Parajos penne

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:452
ZS:15
SZH:60,4

TZS:3,8
CK:6,3
FH:17,4
SÓ:0,87

Tejfőlös burgonyaleves
Gombapörkölt
Galuska
Alma

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:509
ZS:14,3
SZH:77,5

TZS:3
CK:9
FH:13,8
SÓ:0,28

UZSONNA

Libazsír
Fehér kenyér
Zöldpaprika

Allergének:
1

EN:264
ZS:15,3
SZH:25

TZS:4
CK:0,6
FH:4,3
SÓ:0,6

Tengeri sós kukoricacsack
Mandarin

Allergének:

EN:130
ZS:0,4
SZH:27

TZS:0,1
CK:8,4
FH:2,3
SÓ:0,38

Sertés párizsi
Margarin
Teljes kiőrlésű zsemle
Kígyóborka

Allergének:
1

EN:194
ZS:6,1
SZH:27,3

TZS:2,2
CK:0,4
FH:6,3
SÓ:1,05

Gépsonka
Margarin
Zsemle
Jégsaláta

Allergének:
1

EN:193
ZS:3,7
SZH:30,7

TZS:1,1
CK:1,1
FH:7,5
SÓ:1,27

Barackos joghurt
Kifli

Allergének:
1,7

EN:266
ZS:2
SZH:52,8

TZS:0,8
CK:24,9
FH:7,8
SÓ:0,63

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szézámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag).



Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat. **TUDJ MEG TÖBBET A HETI EGY HÚSMENTES EBÉDRŐL!**





ÉTLAP

Pécs

Általános iskola alsó tagozat

2025.04.07.–2025.04.11.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

TÍZÓRAI

Tej
Sárgabarack extra dzsem
Margarin
Fehér kenyér

Allergének:
1,7

EN:279
ZS:5,4 TZS:2,7 FH:10,7
SZH:46,1 CK:21,7 SÓ:0,88

Tea
Mediterrán tonhalkrém
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,4,6,7,10,12

EN:208
ZS:2,7 TZS:1,5 FH:8,9
SZH:35,4 CK:9,9 SÓ:0,9

Tea
Vaníliás túrókrém
Zsemle

Allergének:
1,7

EN:237
ZS:2,7 TZS:1,4 FH:8,4
SZH:42,8 CK:13,5 SÓ:0,66

Karamell ízű tej
Fahéjas csiga

Allergének:
1,3,7

EN:337
ZS:11,5 TZS:6,5 FH:8,9
SZH:49,9 CK:31,3 SÓ:0,45

Tea
Főtt tojás
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Paradicsom

Allergének:
1,3

EN:227
ZS:5,1 TZS:1,5 FH:6,7
SZH:35,3 CK:9,3 SÓ:0,86

EBÉD A

Tarhonyaleves
Sertéspörkölt
Zöldborsófőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:582
ZS:18 TZS:4,9 FH:25
SZH:73 CK:17,6 SÓ:1,84

Húsgaluska leves
Burgonyás tészta
Cékla savanyúság

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:609
ZS:22,1 TZS:5,5 FH:24,3
SZH:75,5 CK:12,9 SÓ:2,44

Paradicsomleves
Magyaros sertéskaraj
Pecsenyelé
Párolt rizs
Fűszeres karotta kukoricával

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:677
ZS:25,6 TZS:3,7 FH:18,4
SZH:88,6 CK:21 SÓ:2,15

Almalé 100%-os
Sertéshúsgolyó
Tört burgonya
Svéd mártás
Áfonyaszós
Alma

Allergének:
1,3,6,7,10,12

EN:835
ZS:30,3 TZS:6,4 FH:20,3
SZH:120,8 CK:55,9 SÓ:4,02

Vöröslencse krémleves
Leves gyöngy
Rántott sajt
Petrezselymes rizs
Tartármártás

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:967
ZS:42,8 TZS:12,3 FH:31,3
SZH:103,1 CK:15,1 SÓ:2,76

EBÉD B

Tarhonyaleves
Csirkés paella
Csemegeborka

Allergének:
1,10,12

EN:527
ZS:17,8 TZS:3,8 FH:22,9
SZH:63 CK:6,9 SÓ:2,74

Húsgaluska leves
Mákos guba
Meggyes öntet

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:727
ZS:22 TZS:5,5 FH:23,5
SZH:105,1 CK:53,1 SÓ:1,31

Paradicsomleves
Carbonara spagetti

Allergének:
1,3,7,9

EN:650
ZS:31,3 TZS:11,7 FH:19,8
SZH:70,9 CK:22,1 SÓ:2,05

Almalé 100%-os
Csirkepaprikás
Galuska
Alma

Allergének:
1,3,7

EN:584
ZS:14,2 TZS:3,6 FH:20,5
SZH:88 CK:30,7 SÓ:0,92

Vöröslencse krémleves
Leves gyöngy
Svájci rakott burgonya

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:627
ZS:27,9 TZS:13,3 FH:23,2
SZH:54,4 CK:4,8 SÓ:1,18

UZSONNA

Kenőmájás
Kifli
Kígyóborka

Allergének:
1,7

EN:193
ZS:5,7 TZS:2 FH:7,1
SZH:27,7 CK:1,6 SÓ:0,87

Reszelt sajt
Margarin
Zsemle
Jégcsapretek

Allergének:
1,7

EN:238
ZS:7,9 TZS:4,4 FH:9,6
SZH:30,2 CK:0,6 SÓ:1,08

Gépsonka
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Zöldpaprika

Allergének:
1

EN:178
ZS:3,9 TZS:1,3 FH:7
SZH:27,2 CK:1,1 SÓ:1,32

Paprikás szalámi
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Jégcsapretek

Allergének:
1

EN:222
ZS:9,1 TZS:3,3 FH:7,3
SZH:26,2 CK:0,5 SÓ:1,33

Kakaós ízű habos puding
Mandarin

Allergének:
7

EN:204
ZS:4,2 TZS:2,8 FH:2,7
SZH:37,2 CK:30,8 SÓ:0,12

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag).



Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat. **TUDJ MEG TÖBBET A HETI EGY HÚSMENTES EBÉDRŐL!**





ÉTLAP

Pécs

Általános iskola alsó tagozat

2025.04.14.–2025.04.18.

TÍZÓRAI

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

Tej
Fahéjas gabonapehely

Allergének:
1,6,7

EN:244
ZS:4 TZS:3 FH:8,8
SZH:42,6 CK:23,8 SÓ:0,48

Tea
Gépsonka
Margarin
Fehér kenyér

Allergének:
1

EN:198
ZS:3,6 TZS:1,2 FH:7
SZH:33,6 CK:9,5 SÓ:1,22

Kakaós tej
Fonottka

Allergének:
1,3,6,7

EN:281
ZS:7,1 TZS:3,7 FH:11,2
SZH:42,7 CK:21,1 SÓ:0,59

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Zellerkrémleves
Pirított zsemlekocka
Tarhonyás hús
Csalamádé
Narancs

Allergének:
1,7,9,10,12

EN:601
ZS:19,6 TZS:5,8 FH:25,1
SZH:77,5 CK:17,5 SÓ:2,04

Zöldségleves
Dino szelet
Majorannás burgonyafőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:560
ZS:19,5 TZS:3,4 FH:19,3
SZH:71,3 CK:6,5 SÓ:2,37

Fahéjas almaleves
Rántott sertéskaraj
Rizibizi
Káposztasaláta
Húsvéti desszert

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:871
ZS:31,6 TZS:7,8 FH:22,7
SZH:120,1 CK:46,3 SÓ:2,42

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Zellerkrémleves
Pirított zsemlekocka
Óvári sertésszelet
Zöldséges bulgur
Csalamádé
Narancs

Allergének:
1,7,9,10,12

EN:582
ZS:19,5 TZS:5 FH:25
SZH:64,3 CK:12,1 SÓ:3,07

Zöldségleves
Natúr sertéskaraj
Meggymártás
Pirított dara

Allergének:
1,3,7,12

EN:492
ZS:11,8 TZS:1,4 FH:16,4
SZH:75,8 CK:27,9 SÓ:1,23

Fahéjas almaleves
Budapest sertésragu
Tört burgonya
Káposztasaláta
Húsvéti desszert

Allergének:
1,7,12

EN:588
ZS:16,9 TZS:7,2 FH:18,1
SZH:84,1 CK:38,8 SÓ:1,06

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Vajkrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Jégcsapretek

Allergének:
1,7

EN:175
ZS:4,6 TZS:2,8 FH:4,9
SZH:26,7 CK:0,9 SÓ:0,92

Reszelt sajt
Margarin
Zsemle
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

EN:241
ZS:7,9 TZS:4,4 FH:9,7
SZH:30,7 CK:1 SÓ:1,05

Sertés párizsi
Margarin
Teljes kiőrlésű zsemle
Jégsaláta

Allergének:
1

EN:194
ZS:6,1 TZS:2,2 FH:6,2
SZH:27,1 CK:0,4 SÓ:1,05

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD A

EBÉD B

UZSONNA

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag).



Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat. **TUDJ MEG TÖBBET A HETI EGY HÚSMENTES EBÉDRŐL!**





ÉTLAP

Pécs

Általános iskola alsó tagozat

2025.04.21.–2025.04.25.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

TÍZÓRAI

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ

EBÉD A

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD B

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag).



Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat. **TUDJ MEG TÖBBET A HETI EGY HÚSMENTES EBÉDRŐL!**





ÉTLAP

Pécs

Általános iskola alsó tagozat

2025.04.28.–2025.05.02.

TÍZÓRAI
EBÉD A
EBÉD B
UZSONNA

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

Tej
Fahéjas csiga

Allergének:
1,3,7

EN:300
ZS:11,5
SZH:40,4

TZS:6,5
CK:21,9
FH:8,9
SÓ:0,45

Tea
Áfonyás túrókrém
Zsemle

Allergének:
1,7

EN:237
ZS:2,1
SZH:44,5

TZS:1
CK:15,4
FH:8
SÓ:0,65

Tea
Reszelt sajt
Margarin
Teljes kiőrlésű zsemle

Allergének:
1,7

EN:246
ZS:7,2
SZH:35,4

TZS:4
CK:9,2
FH:9,1
SÓ:1,04

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:

TZS:
CK:
FH:
SÓ:

MUNKASZÜNETI NAP

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:

TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Zöldségleves
Csikós sertéstokány
Párolt rizs

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:593
ZS:26,7
SZH:70,4

TZS:6,8
CK:5,7
FH:15,7
SÓ:1,59

Almalé 100%-os
Bolognai sertésragu
Teljes kiőrlésű spagetti
Sajt szórat

Allergének:
1,7,9

EN:742
ZS:29
SZH:81

TZS:10,5
CK:35,7
FH:34,5
SÓ:0,92

Meggyleves
Kukorica morzsás csirkemell csik
Petrezselymes burgonya
Vitaminsaláta

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:718
ZS:23,3
SZH:101,6

TZS:3,3
CK:32,1
FH:20,5
SÓ:2,65

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:

TZS:
CK:
FH:
SÓ:

MUNKASZÜNETI NAP

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:

TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Zöldségleves
Csirkemell nuggets
Zöldbabfőzelék
Fehér kenyér

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:408
ZS:15,1
SZH:48,4

TZS:2,9
CK:4,8
FH:18,7
SÓ:1,83

Almalé 100%-os
Sült csirkecomb
Pritaminos rizs
Cékla savanyúság

Allergének:
10

EN:673
ZS:17,9
SZH:70,3

TZS:1,1
CK:29,3
FH:44,5
SÓ:4,5

Meggyleves
Hentes sertéstokány
Tarhonya

Allergének:
1,7,10,12

EN:538
ZS:18,4
SZH:73,2

TZS:5,4
CK:25,9
FH:19,4
SÓ:1,09

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:

TZS:
CK:
FH:
SÓ:

MUNKASZÜNETI NAP

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:

TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Natúr szendvicskrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

EN:173
ZS:4,3
SZH:27,3

TZS:2
CK:1,2
FH:4,6
SÓ:0,86

Gépsonka
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Kigyóuborka

Allergének:
1

EN:174
ZS:3,8
SZH:26,6

TZS:1,3
CK:0,8
FH:7
SÓ:1,32

Ostyaszelet
Alma

Allergének:
1,3,6

EN:184
ZS:8,4
SZH:23,5

TZS:2,1
CK:13,6
FH:2,3
SÓ:0,04

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:

TZS:
CK:
FH:
SÓ:

MUNKASZÜNETI NAP

Allergének:

EN:0
ZS:
SZH:

TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag).



Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat. **TUDJ MEG TÖBBET A HETI EGY HÚSMENTES EBÉDRŐL!**

