

Debrecen

Általános iskola alsó tagozat

2026. 05. 04.–2026. 05. 08.

TÍZÓRAI

EBÉD A

EBÉD B

UZSONNA

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

Vaníliás tej (7)  
Margarin  
Kifli (1,7)

Allergének:  
1,7

EN:301  
ZS:5,9  
SZH:48,1

TZS:2,6  
FH:10,1  
SÓ:0,88

Gyümölcsstea  
Barackos túrókrém (7)  
Zsemle (1)

Allergének:  
1,7

EN:222  
ZS:1,9  
SZH:41,8

TZS:0,9  
FH:7,5  
SÓ:0,65

Gyümölcsstea  
Zala felvágott  
Margarin  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:  
1

EN:241  
ZS:7,7  
SZH:33,6

TZS:2,8  
FH:7,7  
SÓ:1,26

Kakaós tej (7)  
Foszlós kalács (1,3,7)

Allergének:  
1,3,7

EN:357  
ZS:9,5  
SZH:53,5

TZS:4,7  
FH:11,4  
SÓ:0,81

Gyümölcsstea  
Sertéspárizsi  
Margarin  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:  
1

EN:241  
ZS:8  
SZH:33,5

TZS:2,9  
FH:7,1  
SÓ:1,34

Almalé 100%-os  
Mézes mustáros csirkeragu (1,7,10)  
Párolt rizs  
Csalamádé (10,12)

Allergének:  
1,7,10,12

EN:565  
ZS:14  
SZH:86,8

TZS:1,6  
FH:18,7  
SÓ:2,24

Zöldségleves fridattal (1,3,7,9,12)  
Sertés fasírtgolyó  
Gyöngybabfőzelék (1,7)  
Alma  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:  
1,3,7,9,12

EN:645  
ZS:18,6  
SZH:78,8

TZS:4,8  
FH:29,7  
SÓ:1,8

Gulyásleves (1,3,9,12)  
Darás metélt (1)  
Eperöntet (12)  
Félbarna kenyér (1)

Allergének:  
1,3,9,12

EN:611  
ZS:14,7  
SZH:99,2

TZS:2,8  
FH:18,1  
SÓ:0,7

Köménymagleves (1)  
Pirított zsemlekocka (1)  
Főtt tojás (3)  
Sós kamartás (7)  
Főtt burgonya (12)  
Túró rudi (6,7)

Allergének:  
1,3,6,7,12

EN:560  
ZS:16,9  
SZH:77,8

TZS:7,3  
FH:16,8  
SÓ:0,98

Paradicsomleves (1,3,9)  
Kukorica morzsás csirkemell csík (1)  
Rizibizi  
Házi vegyes saláta

Allergének:  
1,3,9

EN:671  
ZS:20,1  
SZH:92,4

TZS:2,7  
FH:27,6  
SÓ:2,02

Almalé 100%-os  
Sertésbrassói (12)  
Csalamádé (10,12)

Allergének:  
10,12

EN:563  
ZS:19,9  
SZH:73,9

TZS:6,1  
FH:15,2  
SÓ:1,85

Zöldségleves fridattal (1,3,7,9,12)  
Rakott kelkáposzta (1,7)  
Alma  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:  
1,3,7,9,12

EN:514  
ZS:18,6  
SZH:62,8

TZS:4,7  
FH:23,6  
SÓ:1,22

Gulyásleves (1,3,9,12)  
Tejberizs (7)  
Fahéjas porcukor  
Félbarna kenyér (1)

Allergének:  
1,3,7,9,12

EN:581  
ZS:13,5  
SZH:96,3

TZS:6,5  
FH:17,9  
SÓ:0,98

Köménymagleves (1)  
Pirított zsemlekocka (1)  
Rántott karfiol (1)  
Petrezselymes bulgur (1)  
Tartármártás (3,7,10)  
Túró rudi (6,7)

Allergének:  
1,3,6,7,10

EN:881  
ZS:35,9  
SZH:109,7

TZS:9,6  
FH:20,1  
SÓ:2,02

Paradicsomleves (1,3,9)  
Pásztortarhonya (1,12)  
Házi vegyes saláta

Allergének:  
1,3,9,12

EN:580  
ZS:19,4  
SZH:76

TZS:4,9  
FH:18,6  
SÓ:1,08

Kenőmájás  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)  
Újhagyma

Allergének:  
1

EN:225  
ZS:7,8  
SZH:29,2

TZS:2,8  
FH:8  
SÓ:1,21

Csemege szalámi  
Margarin  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)  
Jégcsapretek

Allergének:  
1

EN:223  
ZS:9,2  
SZH:26,4

TZS:3,3  
FH:7  
SÓ:1,42

Vajkrém (7)  
Zsemle (1)  
Kígyóborka

Allergének:  
1,7

EN:194  
ZS:4,5  
SZH:31

TZS:2,6  
FH:5,6  
SÓ:0,83

Sajtszelet (7)  
Margarin  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)  
Zöldpaprika

Allergének:  
1,7

EN:224  
ZS:8,1  
SZH:27

TZS:4,6  
FH:9,2  
SÓ:1,1

Tengeri sós kukoricacsnek  
Alma

Allergének:

EN:132  
ZS:0,4  
SZH:28,3

TZS:0,1  
FH:2,3  
SÓ:0,38

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutén 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 étkezést 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!**



Debrecen

Általános iskola alsó tagozat

2026. 05. 11.–2026. 05. 15.

TÍZÓRAI

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

Tej (7)  
Csokis gabonagyógyó (1,6)Allergének:  
1,6,7

EN:246

ZS:4,6

SZH:41,8

TZS:2,3

FH:9

CK:23,8

SÓ:0,32

Gyümölcsstea  
Körözött (7)  
Félbarna kenyér (1)Allergének:  
1,7

EN:195

ZS:2,6

SZH:34,1

TZS:1,5

FH:8

CK:9

SÓ:0,73

Gyümölcsstea  
Majonézes tojáskrém (3,10)  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)  
ÚjhagymaAllergének:  
1,3,10

EN:240

ZS:5,7

SZH:36,8

TZS:1,2

FH:6,7

CK:8,8

SÓ:1,01

Gyümölcsstea  
Reszelt sajt (7)  
Margarin  
Félbarna kenyér (1)Allergének:  
1,7

EN:240

ZS:8

SZH:33

TZS:4,6

FH:8,7

CK:8

SÓ:1,05

Tejeskávé (7)  
Fatörzs kifli (1,3,7)Allergének:  
1,3,7

EN:309

ZS:6,5

SZH:48,8

TZS:3,5

FH:9,9

CK:23,4

SÓ:0,63

EBÉD A

Brokkolikrémleves (1,7,12)  
Pírtott tökmag  
Pincepörkölt (12)  
Csalamádé (10,12)  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:  
1,7,10,12

EN:590

ZS:23,2

SZH:62,1

TZS:5,5

FH:25

CK:3,3

SÓ:2,22

Bagolyborsó leves (1,7,9)  
Paradicsomos tonhalas ragu (4)  
Orsó tészta (1)  
Sajt szorát (7)Allergének:  
1,4,7,9

EN:600

ZS:23

SZH:66,4

TZS:7,1

FH:29,5

CK:6,8

SÓ:1,96

Tejfölös burgonyaleves (1,7,9,12)  
Túrótöltelkes gombóc (1,7)  
Porcukor szorát  
Alma  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:  
1,7,9,12

EN:800

ZS:14,4

SZH:143,7

TZS:3

FH:19,3

CK:32

SÓ:2,01

Tojásleves (1,3)  
Paradicsomos húsos káposzta (1)  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:  
1,3

EN:403

ZS:18,2

SZH:41,1

TZS:4

FH:14,9

CK:15,4

SÓ:0,77

Kukorica galuska leves (3,9)  
Natúr sertésszelet karajból  
Sajtmártás (7,12)  
Petrezselymes rizsAllergének:  
3,7,9,12

EN:562

ZS:20,3

SZH:71,8

TZS:4

FH:19,5

CK:5

SÓ:1,64

EBÉD B

Brokkolikrémleves (1,7,12)  
Pírtott tökmag  
Édes-savanyú csirkeragu (6,12)  
Párolt rizs  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:  
1,6,7,12

EN:691

ZS:21,3

SZH:88,8

TZS:3,6

FH:28,9

CK:14,1

SÓ:2,22

Bagolyborsó leves (1,7,9)  
Sertésvagdalt (1,3)  
Burgonyapüré (7,12)  
Színes vegyeslátá (12)Allergének:  
1,3,7,9,12

EN:594

ZS:25,3

SZH:63

TZS:8,6

FH:22,3

CK:10,4

SÓ:1,94

Tejfölös burgonyaleves (1,7,9,12)  
Gombapaprikás (1,7)  
Bulgur (1)  
Alma  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:  
1,7,9,12

EN:612

ZS:18,2

SZH:85,6

TZS:5,3

FH:15,4

CK:13

SÓ:1,06

Tojásleves (1,3)  
Parajos penne sajttal sütve (1,7)  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:  
1,3,7

EN:564

ZS:19,6

SZH:73,5

TZS:4,4

FH:20,7

CK:6,5

SÓ:0,97

Kukorica galuska leves (3,9)  
Reszelt csirkemáj  
Tört burgonya (12)  
Csemegeuborka (10,12)Allergének:  
3,9,10,12

EN:453

ZS:12,5

SZH:56,5

TZS:3,5

FH:23,9

CK:4,6

SÓ:2,05

UZSONNA

Vajkrém (7)  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)  
Kápia paprikaAllergének:  
1,7

EN:181

ZS:4,6

SZH:27,7

TZS:2,8

FH:5,1

CK:1,4

SÓ:0,88

Olasz felvágott  
Margarin  
Teljes kiőrlésű zsemle (1)  
KigyóuborkaAllergének:  
1

EN:223

ZS:8,5

SZH:27,7

TZS:3

FH:7,8

CK:0,4

SÓ:1,35

Barackos joghurt (7)  
Kifli (1,7)Allergének:  
1,7

EN:266

ZS:2

SZH:52,8

TZS:0,8

FH:7,8

CK:24,9

SÓ:0,63

Gépsonka  
Margarin  
Zsemle (1)  
SalátalevélAllergének:  
1

EN:207

ZS:4,3

SZH:31,2

TZS:1,4

FH:9,1

CK:1,3

SÓ:1,54

Sajtkrém (7)  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)  
ParadicsomAllergének:  
1,7

EN:177

ZS:2,5

SZH:29,7

TZS:1,1

FH:7,3

CK:1,3

SÓ:1

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 munkatársainkkal! Diétás étkezést 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!



Debrecen

Általános iskola alsó tagozat

2026. 05. 18.–2026. 05. 22.

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	<p>Tej (7) Csokoládékrém (6,7) Félbarna kenyér (1)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN:331 ZS:11,6    TZS:4,1    FH:11,2 SZH:45,7    CK:17,8    SÓ:0,89</p>	<p>Karamellás tej (7) Fahéjas csiga (1,3,7)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:353 ZS:11,5    TZS:6,3    FH:8,1 SZH:51,2    CK:32,7    SÓ:0,51</p>	<p>Gyümölcsstea Vaníliás túrókrém (7) Zsemle (1)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:232 ZS:2,7    TZS:1,4    FH:8,4 SZH:41,4    CK:12,1    SÓ:0,66</p>	<p>Gyümölcsstea Majonézos tonhalkrém (3,4,10) Zsemle (1)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,10</p> <p>EN:253 ZS:5,7    TZS:0,5    FH:9,2 SZH:38,6    CK:9,1    SÓ:1,02</p>	<p>Gyümölcsstea Főtt tojás (3) Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kápia paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN:227 ZS:5,1    TZS:1,5    FH:6,9 SZH:34,5    CK:8,4    SÓ:0,86</p>
EBÉD A	<p>Tarhonyaleves (1,12) Sertéspörkölt (1) Zöldborsófőzelék (1,7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN:490 ZS:11,7    TZS:4    FH:24,1 SZH:65,6    CK:14,6    SÓ:1,07</p>	<p>Húsgaluska leves (1,3,7,9,12) Burgonyás tészta (1,12) Cékla savanyúság (10) Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN:614 ZS:20,3    TZS:4,2    FH:21 SZH:83,1    CK:9,2    SÓ:2,5</p>	<p>Vöröslencse krémleves (1,7,12) Leves gyöngy (1,3,7) Rántott sajt (1,7) Petrezselymes rizs Tartármártás (3,7,10)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN:854 ZS:38,5    TZS:11,7    FH:25,6 SZH:91    CK:10,5    SÓ:2,12</p>	<p>Almalé 100%-os Erdélyi rakott káposzta (7,12) Banán Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN:823 ZS:32,4    TZS:12,3    FH:22,5 SZH:107,1    CK:44,9    SÓ:4,45</p>	<p>Paradisomleves (1,3,9) Natúr sertésszelet karajból Pecsényelé (1,12) Kukoricás rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN:490 ZS:16,8    TZS:1,5    FH:15,4 SZH:65,4    CK:17,6    SÓ:1,6</p>
EBÉD B	<p>Tarhonyaleves (1,12) Csirkés paela Csemegeuborka (10,12) Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,10,12</p> <p>EN:604 ZS:18,1    TZS:3,9    FH:25,1 SZH:78,3    CK:7,1    SÓ:3,16</p>	<p>Húsgaluska leves (1,3,7,9,12) Mákos guba (1,7) Meggyes öntet Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN:835 ZS:25,6    TZS:8,4    FH:26,7 SZH:121,8    CK:53,1    SÓ:2,12</p>	<p>Vöröslencse krémleves (1,7,12) Leves gyöngy (1,3,7) Vegetáriánus bolognai ragu (6,9) Spagetti (1) Sajt szórat (7)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,12</p> <p>EN:685 ZS:19,8    TZS:6,7    FH:32,7 SZH:79,7    CK:10,7    SÓ:0,96</p>	<p>Almalé 100%-os Csirkepaprikás (1,7) Galuska (1,3) Banán Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:853 ZS:15    TZS:3,7    FH:26,6 SZH:144,8    CK:40,8    SÓ:1,73</p>	<p>Paradisomleves (1,3,9) Csirkemell nuggets (1,9) Petrezselymes burgonya (12) Coleslaw (3,7,10,12)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN:604 ZS:21    TZS:2,7    FH:19,8 SZH:79    CK:20,8    SÓ:1,91</p>
UZSONNA	<p>Kenőmájás Kífi (1,7) Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:224 ZS:8,1    TZS:2,9    FH:8,5 SZH:28,4    CK:1,9    SÓ:1,09</p>	<p>Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű zsemle (1) Kigyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:222 ZS:8,2    TZS:3,1    FH:7,8 SZH:28,1    CK:0,8    SÓ:1,34</p>	<p>Natúr szendvicskrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:175 ZS:4,3    TZS:2    FH:4,9 SZH:27,5    CK:0,8    SÓ:0,9</p>	<p>Paprikás szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kigyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:222 ZS:9,1    TZS:3,3    FH:7,4 SZH:26,3    CK:0,5    SÓ:1,3</p>	<p>Mese fit Detki keksz (1) Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:267 ZS:8,9    TZS:4,1    FH:4,2 SZH:41    CK:20,9    SÓ:0,21</p>

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. Puhatestűk. 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

Debrecen

Általános iskola alsó tagozat

2026. 05. 25.–2026. 05. 29.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

TÍZÓRAI

EBÉD A

EBÉD B

UZSONNA

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	<p>Gyümölcsleves (7) Szamóca extra dzsem Margarin Zsemle (1)</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p>Tej (7) Szamóca extra dzsem Margarin Zsemle (1)</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:308 ZS:5,4 SZH:51,8</p>	<p>Gyümölcsleves (7) Sajtkrém (7) Félbarna kenyér (1)</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:195 ZS:2,4 SZH:35,9</p>	<p>Gyümölcsleves (7) Uborkás tojáskrém (3,10,12) Zsemle (1)</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:244 ZS:5,2 SZH:38,7</p>	<p>Gyümölcsleves (7) Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:218 ZS:4 SZH:35</p>
EBÉD A	<p>ÜNNEPNAP</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:0 ZS: SZH:</p>	<p>Zellerkrémleves (1,7,9,12) Pirított zsemlekocka (1) Tarhonyás hús csirkehússal (1) Csalamádé (10,12)</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:487 ZS:13,9 SZH:61,8</p>	<p>Tárkonyos csirkeraguleves (1,7,9,12) Dejós morzsás nudli (1) Vaníliás öntet (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:906 ZS:18,5 SZH:127,3</p>	<p>Hamisgyulás (1,3,9,12) Vegetáriánus chilis bab Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:389 ZS:5,1 SZH:61,3</p>	<p>Görög gyümölcsleves (1,7,12) Panírozott halrúd (1,4) Rizibizi Káposztasaláta</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:581 ZS:12,2 SZH:95,3</p>
EBÉD B	<p>ÜNNEPNAP</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:0 ZS: SZH:</p>	<p>Zellerkrémleves (1,7,9,12) Pirított zsemlekocka (1) Óvári sertésszelet (7) Zöldséges bulgur (1) Csalamádé (10,12)</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:541 ZS:19,5 SZH:55,8</p>	<p>Tárkonyos csirkeraguleves (1,7,9,12) Káposztás tészta (1) Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:579 ZS:13 SZH:89</p>	<p>Hamisgyulás (1,3,9,12) Rántott brokkoli (1) Pretzselgyöngyös rizs Tartármártás (3,7,10) Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:771 ZS:28,8 SZH:106,3</p>	<p>Görög gyümölcsleves (1,7,12) Budapest sertésragu (1) Tört burgonya (12) Káposztasaláta</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:504 ZS:10,7 SZH:78,5</p>
UZSONNA	<p>Magyaros vajkrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p>Magyaros vajkrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:176 ZS:4,6 SZH:27</p>	<p>Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű zsemle (1) Salátalevél</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:216 ZS:2,8 SZH:27,5</p>	<p>Reszelt sajt (7) Margarin Félbarna kenyér (1) Paradicsom</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:217 ZS:8 SZH:26,8</p>	<p>Alma Túrós rudi (6,7)</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN:145 ZS:4,5 SZH:21,5</p>

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyezéssel 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 ételről érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést 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!**

