

ÉTLAP

2026.SZEPTEMBER 28 - OKTÓBER 2

Vegetáriánus Iskola	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd	Kelbimbó leves (1) Meggy mártás (1,7) Kuskusz (1) Trapp.sajt kockák (7) Banán	Vegyes Zöldségleves (1,9) Csicseriborsós wrap (1,7,10) Sajt szórát (7) Nektarin	Zöldséges sajtgombóc leves (1,3,7,9) Sütőtökös chili Szilvás kevert 1 szelet (1,3)	Hamis gulyásleves (1) Sajtós-tökmagos Pogácsa (1,3,7) Szőlő	Karalábéleves Paradicsomos káposztafőzelék . (1) Főtt tojás (3) Teljeskiőrlésű kenyér (1) Banán
	energia 720 kcal fehérje 28,6 g zsír 15,6 g telített zsírsav: 0 g szénhidr.111,6 g cukor 40,1 g só 0,9 g	energia 727 kcal fehérje 26,7 g zsír 24 g telített zsírsav: 0 g szénhidr.94,4 g cukor 20,4 g só 2,4 g	energia 721 kcal fehérje 27,5 g zsír 15,4 g telített zsírsav: 0 g szénhidr.125,1 g cukor 46 g só 1,1 g	energia 715 kcal fehérje 20 g zsír 28,3 g telített zsírsav: 0 g szénhidr.97,7 g cukor 23,3 g só 0,8 g	energia 711 kcal fehérje 42,3 g zsír 32,9 g telített zsírsav: 0 g szénhidr.109,3 g cukor 50,7 g só 1,3 g

Vallási okokból vegetáriánus étrendet igénylők részére.

Allergének: 1-glutén, 2-rák, 3-tojások, 4-hal, 5-földimogyoró, 6-szójabab, 7-tej, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szezám, 12-kén-dioxid, 13-csillagfű, 14-puhatestűek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!


 Karizslai Karolina, ételmezésvezető

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!