

ÉTLAP

2026.NOVEMBER 9-13

Iskola Normál	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd	Raguleves (9) Szilvatöltelikes gombóc (1,3,12) Mandarin	Gyümölcskrém leves (7) Petrezselymes rizs Mexikói halragu (4) Banán	Kelbimbó leves Hagymás tört burgonya Sült csirkecomb Párolt káposzta almával Banán	Rostos multilé 100% (1,5 dl) Majorannás burgonyafőzelék (1,7) Sertés ragu Teljeskiőrlésű kifli (1,7)	Köményleves (1) Kuskusz (1) Provence-i csirke (12) Almás céklasaláta Almás-túrós lepény (1,3,7) 1 szelet
	energia 724 kcal fehérje 15,4 g zsír 10,3 g telített zsírsav: 0 g	energia 727 kcal fehérje 30,3 g zsír 12,7 g telített zsírsav: 0 g	energia 731 kcal fehérje 35,5 g zsír 21,8 g telített zsírsav: 0 g	energia 725 kcal fehérje 33,8 g zsír 22,8 g telített zsírsav: 0 g	energia 737 kcal fehérje 38,1 g zsír 27,7 g telített zsírsav: 0 g

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-csillagfűrt, 14-puhatestűek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!


 Kanizsai Karolina, ételmezésvezető

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!