

# Étlap ( speciális alsó tagozat 7-10 )

2017.02.27 - 2017.03.05

<b>Hétfő</b> 2017.02.27	<b>Kedd</b> 2017.02.28	<b>Szerda</b> 2017.03.01	<b>Csütörtök</b> 2017.03.02	<b>Péntek</b> 2017.03.03
<b>Tízórai</b>				
E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:
<b>Ebéd</b>				
<b>Zöldbableves s. Kukoricás pulykaragu s. Párolt rizs.</b>	<b>Zöldségkrém leves s. Natur csirkemell s. Meggymártás s. Főtt burgonya kis adag s.</b>	<b>Zöldborsó leves s. Natur halfilé s. Kukoricás rizs s. Csemegeborka s.</b>	<b>Csont leves s. Kelkáposzta főzelék s. Köményes sertéssült s.</b>	<b>Jókai bableves s. Diós metélt s. Alma s.</b>
E:2 546(Kj) 609(KCal) F: 23(g)Kol: 23(g)Sz: 75(g) Zsir: 21(g)Cuk: 0(g)Só: 3(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 45(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,	E:2 863(Kj) 685(KCal) F: 35(g)Kol: 7(g)Sz: 81(g) Zsir: 22(g)Cuk: 10(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 120(mg) Allergén:	E:2 691(Kj) 644(KCal) F: 36(g)Kol: 0(g)Sz: 45(g) Zsir: 33(g)Cuk: 0(g)Só: 2(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 150(mg) Allergén:	E:2 530(Kj) 605(KCal) F: 18(g)Kol: 38(g)Sz: 52(g) Zsir: 24(g)Cuk: 0(g)Só: 3(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 164(mg) Allergén:Tej,Glutén,	E:2 960(Kj) 708(KCal) F: 23(g)Kol: 36(g)Sz: 83(g) Zsir: 30(g)Cuk: 17(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 105(mg) Allergén:Tej,Glutén,
<b>Uzsonna</b>				
E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:

# Étlap ( speciális alsó tagozat 7-10 )

2017.03.06 - 2017.03.12

<b>Hétfő</b> 2017.03.06	<b>Kedd</b> 2017.03.07	<b>Szerda</b> 2017.03.08	<b>Csütörtök</b> 2017.03.09	<b>Péntek</b> 2017.03.10
<b>Tízórai</b>				
E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:
<b>Ebéd</b>				
<b>Karalábé leves s. Fokhagymás sertésragu s. Főtt burgonya s. Vegyes vágott savanyúság s.</b>	<b>Zöldség leves s. Sárgaborsó főzelék s. Sült debreceni s.</b>	<b>Meggy leves s. Párolt csirkemell s. Rizibizi s. Alma s.</b>	<b>Lebbencsleves s. Kelbimbó főzelék s. Pulykaragu feltét s. Narancs s.</b>	<b>Sertés raguleves s. Gyümölcsös rizs s.</b>
E:2 748(Kj) 657(KCal) F: 24(g)Kol: 46(g)Sz: 84(g) Zsir: 23(g)Cuk: 6(g)Só: 2(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 105(mg) Allergén:	E:2 748(Kj) 657(KCal) F: 24(g)Kol: 35(g)Sz: 57(g) Zsir: 36(g)Cuk: 0(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 17(g)Ca: 94(mg) Allergén:	E:2 991(Kj) 715(KCal) F: 29(g)Kol: 6(g)Sz: 72(g) Zsir: 32(g)Cuk: 10(g)Só: 2(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 70(mg) Allergén:	E:2 553(Kj) 611(KCal) F: 24(g)Kol: 22(g)Sz: 70(g) Zsir: 24(g)Cuk: 0(g)Só: 2(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 87(mg) Allergén:	E:2 705(Kj) 647(KCal) F: 15(g)Kol: 30(g)Sz: 96(g) Zsir: 18(g)Cuk: 18(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 96(mg) Allergén:
<b>Uzsonna</b>				
E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:

# Étlap ( speciális alsó tagozat 7-10 )

2017.03.13 - 2017.03.19

<i>Hétfő</i> 2017.03.13	<i>Kedd</i> 2017.03.14	<i>Szerda</i> 2017.03.15	<i>Csütörtök</i> 2017.03.16	<i>Péntek</i> 2017.03.17
<b>Tízórai</b>				
E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:
<b>Ebéd</b>				
<b>Paraj krémleves s. Temesvári pulykatokány s. Párolt rizs s. Alma s.</b>	<b>Zöldség leves s. Paradicsomos káposzta főzelék s. Sült virsli s.</b>		<b>Póréhagyma krémleves s. Szárzabab főzelék s. Sertéssült feltét s.</b>	<b>Frankfurti leves s. Mákos metélt s. Alma s.</b>
E:3 079(Kj) 737(KCal) F: 24(g)Kol: 27(g)Sz: 68(g) Zsir: 38(g)Cuk: 0(g)Só: 2(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 156(mg) Allergén:Glutén,	E:2 844(Kj) 680(KCal) F: 19(g)Kol: 58(g)Sz: 48(g) Zsir: 43(g)Cuk: 7(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 143(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E:2 573(Kj) 616(KCal) F: 27(g)Kol: 33(g)Sz: 71(g) Zsir: 21(g)Cuk: 0(g)Só: 3(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 92(mg) Allergén:	E:3 058(Kj) 732(KCal) F: 18(g)Kol: 30(g)Sz: 98(g) Zsir: 28(g)Cuk: 11(g)Só: 2(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 274(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,
<b>Üzsonna</b>				
E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:

# Étlap ( speciális alsó tagozat 7-10 )

2017.03.20 - 2017.03.26

<b>Hétfő</b> 2017.03.20	<b>Kedd</b> 2017.03.21	<b>Szerda</b> 2017.03.22	<b>Csütörtök</b> 2017.03.23	<b>Péntek</b> 2017.03.24
<b>Tízórai</b>				
E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:
<b>Ebéd</b>	<b>Zöldbableves s. Paprikás burgonya virslivel s. Fejeskáposzta saláta s.</b>	<b>Rostos gyümölcsle s. Natur csirkemell s. Tavaszi rizs s. Vegyes vágott savanyúság s.</b>	<b>Karfiol leves s. Sóska főzelék s. Főtt burgonya kis adag s. Főtt hús s.</b>	<b>Palóc leves s. Grillezett zöldség s. Párolt rizs s.</b>
E:2 565(Kj) 614(KCal) F: 18(g)Kol: 65(g)Sz: 36(g) Zsir: 38(g)Cuk: 0(g)Só: 2(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 128(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,	E:2 748(Kj) 657(KCal) F: 17(g)Kol: 43(g)Sz: 68(g) Zsir: 33(g)Cuk: 8(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 101(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,	E:2 674(Kj) 640(KCal) F: 31(g)Kol: 7(g)Sz: 84(g) Zsir: 17(g)Cuk: 3(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 37(mg) Allergén:	E:2 607(Kj) 624(KCal) F: 19(g)Kol: 33(g)Sz: 86(g) Zsir: 18(g)Cuk: 12(g)Só: 3(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 69(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,	E:3 113(Kj) 745(KCal) F: 15(g)Kol: 27(g)Sz: 83(g) Zsir: 34(g)Cuk: 0(g)Só: 2(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 90(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,
<b>Uzsonna</b>				
E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:

# Étlap ( speciális alsó tagozat 7-10 )

2017.03.27 - 2017.04.02

<b>Hétfő</b> 2017.03.27	<b>Kedd</b> 2017.03.28	<b>Szerda</b> 2017.03.29	<b>Csütörtök</b> 2017.03.30	<b>Péntek</b> 2017.03.31
<b>Tízórai</b>				
E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:
<b>Ebéd</b>				
<b>Burgonya leves s. Sonkás kocka s. Alma s.</b>	<b>Paradicsom leves s. Rakott brokkoli s.</b>	<b>Zöldségleves csirkemájjal s. Köményes sertéssült s. Párolt fejés káposzta s. Főtt burgonya kis adag s.</b>	<b>Gomba leves s. Lencsefőzelék s. Füstölt tarjakocka s.</b>	<b>Tavaszi zöldség leves s. Székelykáposzta s. Alma s.</b>
E:3 001(Kj) 718(KCal) F: 18(g)Kol: 0(g)Sz: 99(g) Zsir: 26(g)Cuk: 1(g)Só: 2(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 57(mg) Allergén:	E:2 512(Kj) 601(KCal) F: 18(g)Kol: 54(g)Sz: 39(g) Zsir: 36(g)Cuk: 10(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 169(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,	E:2 519(Kj) 603(KCal) F: 24(g)Kol: 51(g)Sz: 67(g) Zsir: 22(g)Cuk: 6(g)Só: 3(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 146(mg) Allergén:Tej,Glutén,	E:2 846(Kj) 681(KCal) F: 33(g)Kol: 48(g)Sz: 85(g) Zsir: 21(g)Cuk: 8(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 61(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,	E:2 544(Kj) 609(KCal) F: 17(g)Kol: 38(g)Sz: 48(g) Zsir: 35(g)Cuk: 0(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 215(mg) Allergén:
<b>Uzsonna</b>				
E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén: