Városi Szolgáltató Nonprofit Zrt

Szabadkai út 9.

Étlap felső tagozatosok 11-14

2026.01.05. - 2026.01.11.

	hétfő 2026.01.05	kedd 2026.01.06.	szerda 2026.01.07.	csütörtök 2026.01.08.	péntek 2026.01.09.	szombat 2026.01.10.
Tízórai	**Tej (07), Kocka sajt (07), Teljes kiőrlésű kifli (01), Zöldség,** E:1 329(Kj) 318(KCal) F: 19(g) Kol: 65(g) Sz: 59(g) Zsir: 16(g) Cuk: 0(g) Só:0,58(g) Tel.Zs: 4(g) Ca: 434(mg)	**Tea, Lekváros táska (01,03),** E:1 494(Kj) 357(KCal) F: 7(g) Kol: 0(g) Sz: 68(g) Zsir: 6(g) Cuk: 17(g) Só:0,10(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 20(mg)	**Tej (07), Kakaós csiga(kicsi) (01,03,07),** E:2 239(Kj) 536(KCal) F: 11(g) Kol: 28(g) Sz: 62(g) Zsir: 26(g) Cuk: 21(g) Só:0,63(g) Tel.Zs: 10(g) Ca: 248(mg)	**Tej (07), Sajtos pogácsa (01,07,03),** E:1 973(Kj) 472(KCal) F: 18(g) Kol: 93(g) Sz: 58(g) Zsir: 18(g) Cuk: 1(g) Só:1,49(g) Tel.Zs: 4(g) Ca: 288(mg)	**Tea, Pizzás csiga (01,07,03),** E:1 725(Kj) 413(KCal) F: 12(g) Kol: 48(g) Sz: 60(g) Zsir: 12(g) Cuk: 15(g) Só:1,06(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 73(mg)	**Csokis croissant (01,03,07),** E:1 462(Kj) 350(KCal) F: 5(g) Kol: 0(g) Sz: 48(g) Zsir: 16(g) Cuk: 12(g) Só:0,58(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)
Ebéd	**Májgombócleves (03,01,09), Bolognai spagetti (01,03,07),** E:3 284(Kj) 786(KCal) F: 32(g) Kol:119(g) Sz: 88(g) Zsir: 30(g) Cuk: 0(g) Só:2,68(g) Tel.Zs: 6(g) Ca: 231(mg)	**Tavaszi zöldségleves (09,01), Paradicsomos burgonya főzelék (01), Csemege sertés sült (01),** E:3 240(Kj) 775(KCal) F: 31(g) Kol: 54(g) Sz: 90(g) Zsir: 30(g) Cuk: 8(g) Só:1,89(g) Tel.Zs: 5(g) Ca: 128(mg)	**Gyümölcsleves (07,01), Rántott csirkemell (01,03), Burgonyapüré (07), Káposzta saláta,** E:3 618(Kj) 865(KCal) F: 41(g) Kol:149(g) Sz:110(g) Zsir: 27(g) Cuk: 17(g) Só:2,07(g) Tel.Zs: 4(g) Ca: 196(mg)	**Daragaluska leves (09,01,03), Sárgaborsófőzelék (01), Vagdaltszelet (01,03), Gyümölcs,** E:3 376(Kj) 808(KCal) F: 33(g) Kol:127(g) Sz: 87(g) Zsir: 31(g) Cuk: 0(g) Só:1,52(g) Tel.Zs: 4(g) Ca: 162(mg)	**Frankfurti leves (07,01), Tejbedara (07,01), Kakaó szórat,** E:2 921(Kj) 699(KCal) F: 25(g) Kol: 65(g) Sz: 80(g) Zsir: 29(g) Cuk: 15(g) Só:1,13(g) Tel.Zs: 4(g) Ca: 386(mg)	**Zöldborsóleves (01,09), Paprikás burgonya virslivel, Csemegeuborka,** E:2 951(Kj) 706(KCal) F: 23(g) Kol: 28(g) Sz: 82(g) Zsir: 29(g) Cuk: 0(g) Só:2,17(g) Tel.Zs: 5(g) Ca: 146(mg)
Uzsonna	**Vaníliás croissant (01,03,07),** E:1 462(Kj) 350(KCal) F: 5(g) Kol: 0(g) Sz: 48(g) Zsir: 16(g) Cuk: 12(g) Só:0,58(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	**Túrókrém (07), Teljes kiőrlésű kifli (01), Zöldség,** E: 841(Kj) 201(KCal) F: 16(g) Kol: 22(g) Sz: 47(g) Zsir: 10(g) Cuk: 0(g) Só:0,45(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 68(mg)	**Csirkemell sonka (06), Margarin (07), Teljes kiőrlésű kenyér (01), Zöldség,** E:1 235(Kj) 296(KCal) F: 10(g) Kol: 0(g) Sz: 32(g) Zsir: 12(g) Cuk: 0(g) Só:1,61(g) Tel.Zs: 3(g) Ca: 136(mg)	**Padlizsánkrémes T.k.kenyér (10,01),** E: 909(Kj) 217(KCal) F: 7(g) Kol: 0(g) Sz: 40(g) Zsir: 3(g) Cuk: 0(g) Só:1,31(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 27(mg)	**Sajtszelet (füstölt) (07), Teljes kiőrlésű kenyér (01), Zöldség,** E: 879(Kj) 210(KCal) F: 9(g) Kol: 14(g) Sz: 32(g) Zsir: 4(g) Cuk: 0(g) Só:1,20(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 71(mg)	**Rákóczi szalámi, Teljes kiőrlésű zsemle (01), Zöldség,** E:1 395(Kj) 334(KCal) F: 7(g) Kol: 0(g) Sz: 39(g) Zsir: 2(g) Cuk: 0(g) Só:1,10(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 41(mg)

01=Glutén,02=Rákfélék,03=Tojás,04=Halak,05=Földimogyoró,06=Szójabab,07=Tej,08=Diófélék,09=Zeller,10=Mustár,11=Szezámmag,12=Kén-dioxid,13=Csillagfürt,14=Puhatestüek,

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

Élelmezésvezető

Városi Szolgáltató Nonprofit Zrt

Szabadkai út 9.

Étlap felső tagozatosok 11-14

2026.01.12. - 2026.01.18.

	hétfő 2026.01.12	kedd 2026.01.13.	szerda 2026.01.14.	csütörtök 2026.01.15.	péntek 2026.01.16.
Tízórai	**Főtt virsli,mustár, ketchup, Tk.kenyér (01,10),** E: 928(Kj) 222(KCal) F: 10(g) Kol: 20(g) Sz: 18(g) Zsir: 11(g) Cuk: 1(g) Só:1,13(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 17(mg)	**Kakaó (07), Túrós táska (01,03,07),** E:2 411(Kj) 577(KCal) F: 16(g) Kol: 30(g) Sz: 72(g) Zsir: 24(g) Cuk: 26(g) Só:0,83(g) Tel.Zs: 9(g) Ca: 329(mg)	**Tej (07), Burgonyás pogácsa (07,01,03),** E:1 741(Kj) 416(KCal) F: 16(g) Kol: 79(g) Sz: 58(g) Zsir: 12(g) Cuk: 0(g) Só:1,34(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 282(mg)	**Tea, Lekváros bukta péksütemény (01,03),** E:1 494(Kj) 357(KCal) F: 7(g) Kol: 0(g) Sz: 68(g) Zsir: 6(g) Cuk: 17(g) Só:0,10(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 20(mg)	**Tejeskávé (07), Bécsi perec (01,07),** E:1 377(Kj) 329(KCal) F: 12(g) Kol: 35(g) Sz: 49(g) Zsir: 9(g) Cuk: 15(g) Só:2,03(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 320(mg)
Ebéd	**Zellerkrémleves (01,09,07), Gombapaprikás (07,01), Tészta köret (01,03),** E:3 020(Kj) 722(KCal) F: 23(g) Kol: 55(g) Sz: 33(g) Zsir: 86(g) Cuk: 1(g) Só:1,85(g) Tel.Zs: 5(g) Ca: 161(mg)	**Csontleves (01,03,09), Tökfőzelék (07,01), Sertéspörkölt (01), Gyümölcs,** E:2 371(Kj) 567(KCal) F: 17(g) Kol: 65(g) Sz: 46(g) Zsir: 29(g) Cuk: 1(g) Só:1,87(g) Tel.Zs: 4(g) Ca: 164(mg)	**Paradicsomleves (01,03,09), Sajtos csirkemell (07), Párolt rizs,** E:3 260(Kj) 780(KCal) F: 37(g) Kol: 88(g) Sz: 97(g) Zsir: 25(g) Cuk: 5(g) Só:2,62(g) Tel.Zs: 8(g) Ca: 285(mg)	**Tiroli ötgabonás gombócleves (01,03), Parajfőzelék (07,01), Főtt burgonya kis adag, Főtt tojás (03),** E:3 240(Kj) 775(KCal) F: 32(g) Kol:443(g) Sz:112(g) Zsir: 20(g) Cuk: 0(g) Só:2,55(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 535(mg)	**Lencsegulyás (01,10), Káposztás tészta (01,03),** E:3 133(Kj) 750(KCal) F: 33(g) Kol: 70(g) Sz: 96(g) Zsir: 23(g) Cuk: 5(g) Só:3,16(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 131(mg)
Uzsonna	**Soproni felvágott, Teljes kiőrlésű kifli (01), Zöldség,** E: 858(Kj) 205(KCal) F: 15(g) Kol: 15(g) Sz: 46(g) Zsir: 11(g) Cuk: 0(g) Só:0,71(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 35(mg)	**Házi tonhalkrém (07,04), Teljes kiőrlésű kenyér (01), Zöldség,** E:1 349(Kj) 323(KCal) F: 10(g) Kol: 0(g) Sz: 32(g) Zsir: 15(g) Cuk: 0(g) Só:1,37(g) Tel.Zs: 3(g) Ca: 12(mg)	**Tortilla tekercs sonkás (01,06),** E: 212(Kj) 51(KCal) F: 3(g) Kol: 0(g) Sz: 6(g) Zsir: 1(g) Cuk: 0(g) Só:0,48(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 61(mg)	**Sonkakrém (07,03,10), Teljes kiőrlésű kifli (01), Zöldség,** E: 739(Kj) 177(KCal) F: 14(g) Kol: 17(g) Sz: 46(g) Zsir: 10(g) Cuk: 0(g) Só:0,79(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 45(mg)	**Párizsi felvágott (06), Margarin (07), Zsemle (01), Zöldség,** E:1 269(Kj) 303(KCal) F: 9(g) Kol: 26(g) Sz: 28(g) Zsir: 17(g) Cuk: 0(g) Só:2,00(g) Tel.Zs: 4(g) Ca: 31(mg)

01=Glutén,02=Rákfélék,03=Tojás,04=Halak,05=Földimogyoró,06=Szójabab,07=Tej,08=Diófélék,09=Zeller,10=Mustár,11=Szezámmag,12=Kén-dioxid,13=Csillagfürt,14=Puhatestüek,

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

Élelmezésvezető

Városi Szolgáltató Nonprofit Zrt

Szabadkai út 9.

Étlap felső tagozatosok 11-14

2026.01.19. - 2026.01.25.

	hétfő 2026.01.19	kedd 2026.01.20.	szerda 2026.01.21.	csütörtök 2026.01.22.	péntek 2026.01.23.
Tízórai	**Kocka sajt (07), Teljes kiőrlésű kifli (01), Zöldség,** E: 809(Kj) 194(KCal) F: 12(g) Kol: 37(g) Sz: 48(g) Zsir: 10(g) Cuk: 0(g) Só:0,36(g) Tel.Zs: 3(g) Ca: 206(mg)	**Tej (07), Fahéjas csiga (01,03,07),** E:1 595(Kj) 382(KCal) F: 11(g) Kol: 28(g) Sz: 42(g) Zsir: 18(g) Cuk: 0(g) Só:0,23(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 248(mg)	**Tejeskávé (07), Fonott kalács (01,03,07), Teavaj (07),** E:2 228(Kj) 533(KCal) F: 16(g) Kol: 70(g) Sz: 68(g) Zsir: 21(g) Cuk: 16(g) Só:0,92(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 290(mg)	**Tej (07), Vaníliás croissant (01,03,07),** E:1 982(Kj) 474(KCal) F: 12(g) Kol: 28(g) Sz: 59(g) Zsir: 22(g) Cuk: 12(g) Só:0,80(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 228(mg)	**Tea, Burgonyás pogácsa (07,01,03),** E:1 435(Kj) 343(KCal) F: 9(g) Kol: 51(g) Sz: 61(g) Zsir: 6(g) Cuk: 12(g) Só:1,11(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 54(mg)
Ebéd	**Tejfölös burgonyaleves (07,01), Bácskai rizseshús,** E:2 439(Kj) 584(KCal) F: 18(g) Kol: 50(g) Sz: 88(g) Zsir: 13(g) Cuk: 1(g) Só:1,38(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 92(mg)	**Húsleves (09,01,03), Lencsefőzelék (07,01,10), Sült virsli,** E:3 135(Kj) 750(KCal) F: 39(g) Kol: 80(g) Sz: 68(g) Zsir: 30(g) Cuk: 3(g) Só:1,63(g) Tel.Zs: 6(g) Ca: 153(mg)	**Karfiolleves(tejfölös) (01,03,07), Gombás csirkemell (01), Bulgur (01), Savanyúság,** E:2 821(Kj) 675(KCal) F: 40(g) Kol: 76(g) Sz: 76(g) Zsir: 22(g) Cuk: 1(g) Só:1,96(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 113(mg)	**Tojásleves (03,01), Rakott zöldbab (07), Gyümölcs,** E:2 968(Kj) 710(KCal) F: 33(g) Kol:190(g) Sz: 54(g) Zsir: 38(g) Cuk: 1(g) Só:1,98(g) Tel.Zs: 4(g) Ca: 127(mg)	**Pulykaraguleves (09), Tönkölyös piskóta gyümölcs lekvárral (03,01,07),** E:2 742(Kj) 656(KCal) F: 28(g) Kol:229(g) Sz: 85(g) Zsir: 21(g) Cuk: 43(g) Só:0,92(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 166(mg)
Uzsonna	**Téliszalámi, Margarin (07), Császár zsemle (01), Zöldség,** E:1 627(Kj) 389(KCal) F: 11(g) Kol: 3(g) Sz: 30(g) Zsir: 23(g) Cuk: 0(g) Só:1,97(g) Tel.Zs: 5(g) Ca: 73(mg)	**Túrókrém (07), Teljes kiőrlésű kifli (01),** E: 778(Kj) 186(KCal) F: 15(g) Kol: 22(g) Sz: 45(g) Zsir: 9(g) Cuk: 0(g) Só:0,44(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 57(mg)	**Tortilla tekercs tonhalas (01,06,04),** E: 263(Kj) 63(KCal) F: 4(g) Kol: 0(g) Sz: 6(g) Zsir: 3(g) Cuk: 0(g) Só:0,44(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 3(mg)	**Padlizsánkrémes T.k.kenyér (10,01),** E: 909(Kj) 217(KCal) F: 7(g) Kol: 0(g) Sz: 40(g) Zsir: 3(g) Cuk: 0(g) Só:1,31(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 27(mg)	**Trappista sajt (07), Margarin (07), Teljes kiőrlésű kenyér (01), Zöldség,** E:1 587(Kj) 380(KCal) F: 15(g) Kol: 37(g) Sz: 32(g) Zsir: 20(g) Cuk: 0(g) Só:2,05(g) Tel.Zs: 8(g) Ca: 221(mg)

01=Glutén,02=Rákfélék,03=Tojás,04=Halak,05=Földimogyoró,06=Szójabab,07=Tej,08=Diófélék,09=Zeller,10=Mustár,11=Szezámmag,12=Kén-dioxid,13=Csillagfürt,14=Puhatestüek,

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

Élelmezésvezető

Városi Szolgáltató Nonprofit Zrt

Szabadkai út 9.

Étlap felső tagozatosok 11-14

2026.01.26. - 2026.02.01.

	hétfő 2026.01.26	kedd 2026.01.27.	szerda 2026.01.28.	csütörtök 2026.01.29.	péntek 2026.01.30.
Tízórai	**Főtt virsli,mustár, ketchup, Tk.kenyér (01,10),** E: 928(Kj) 222(KCal) F: 10(g) Kol: 20(g) Sz: 18(g) Zsir: 11(g) Cuk: 1(g) Só:1,13(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 17(mg)	**Tea, Pizzás stangli (01,03),** E:1 193(Kj) 285(KCal) F: 9(g) Kol: 0(g) Sz: 38(g) Zsir: 10(g) Cuk: 12(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 20(mg)	**Tej (07), Kakaós csiga(kicsi) (01,03,07),** E:2 239(Kj) 536(KCal) F: 11(g) Kol: 28(g) Sz: 62(g) Zsir: 26(g) Cuk: 21(g) Só:0,63(g) Tel.Zs: 10(g) Ca: 248(mg)	**Tejeskávé (07), Túrós táska (01,03,07),** E:2 452(Kj) 587(KCal) F: 16(g) Kol: 35(g) Sz: 67(g) Zsir: 27(g) Cuk: 21(g) Só:0,78(g) Tel.Zs: 10(g) Ca: 315(mg)	**Tea, Sajtos pogácsa (01,07,03),** E:1 667(Kj) 399(KCal) F: 11(g) Kol: 65(g) Sz: 60(g) Zsir: 12(g) Cuk: 13(g) Só:1,27(g) Tel.Zs: 3(g) Ca: 60(mg)
Ebéd	**Fokhagymakrémleves (07,01), Milánói makaróni (07,01,03), Reszelt sajt (07),** E:3 191(Kj) 763(KCal) F: 36(g) Kol:134(g) Sz: 76(g) Zsir: 32(g) Cuk: 0(g) Só:4,07(g) Tel.Zs: 12(g) Ca: 261(mg)	**Zöldséges tarhonyaleves (01), Sóskafőzelék (07,01), Főtt burgonya kis adag, Főtt tojás (03),** E:3 040(Kj) 727(KCal) F: 28(g) Kol:442(g) Sz: 91(g) Zsir: 25(g) Cuk: 9(g) Só:2,04(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 417(mg)	**Csirkeraguleves (09), Rántott sajt (07,01,03), Tartár mártás (07,10,03), Zöldséges bulgur (01),** E:4 049(Kj) 969(KCal) F: 44(g) Kol:149(g) Sz: 87(g) Zsir: 52(g) Cuk: 2(g) Só:3,56(g) Tel.Zs: 13(g) Ca: 476(mg)	**Lebbencsleves (01,03), Zöldborsófőzelék (07,01), Rúdvagdalt (01,03), Gyümölcs,** E:3 632(Kj) 869(KCal) F: 35(g) Kol: 98(g) Sz: 96(g) Zsir: 32(g) Cuk: 0(g) Só:2,58(g) Tel.Zs: 5(g) Ca: 261(mg)	**Babgulyásleves (09,01), Grízes tészta (01),** E:2 595(Kj) 621(KCal) F: 19(g) Kol: 38(g) Sz: 67(g) Zsir: 21(g) Cuk: 10(g) Só:3,12(g) Tel.Zs: 3(g) Ca: 66(mg)
Uzsonna	**Csokis croissant (01,03,07),** E:1 462(Kj) 350(KCal) F: 5(g) Kol: 0(g) Sz: 48(g) Zsir: 16(g) Cuk: 12(g) Só:0,58(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	**Házi csirkehúskrém (07), Teljes kiőrlésű kenyér (01), Zöldség,** E:1 274(Kj) 305(KCal) F: 11(g) Kol: 13(g) Sz: 32(g) Zsir: 13(g) Cuk: 0(g) Só:1,02(g) Tel.Zs: 3(g) Ca: 15(mg)	**Csirkemell sonka (06), Teljes kiőrlésű kenyér (01), Zöldség,** E: 866(Kj) 207(KCal) F: 10(g) Kol: 0(g) Sz: 32(g) Zsir: 2(g) Cuk: 0(g) Só:1,61(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 136(mg)	**Házi tonhalkrém (07,04), Teljes kiőrlésű kenyér (01),** E:1 286(Kj) 308(KCal) F: 9(g) Kol: 0(g) Sz: 30(g) Zsir: 15(g) Cuk: 0(g) Só:1,36(g) Tel.Zs: 3(g) Ca: 1(mg)	**Zala felvágott (06,01), Teljes kiőrlésű zsemle (01), Zöldség,** E:1 113(Kj) 266(KCal) F: 11(g) Kol: 23(g) Sz: 39(g) Zsir: 7(g) Cuk: 0(g) Só:1,50(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 48(mg)

01=Glutén,02=Rákfélék,03=Tojás,04=Halak,05=Földimogyoró,06=Szójabab,07=Tej,08=Diófélék,09=Zeller,10=Mustár,11=Szezámmag,12=Kén-dioxid,13=Csillagfürt,14=Puhatestüek,

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

Élelmezésvezető