Városi Szolgáltató Nonprofit Zrt

Szabadkai út 9.

Étlap alsó tagozatosok 7-10

2026.03.30. - 2026.04.05.

	hétfő 2026.03.30	kedd 2026.03.31.	szerda 2026.04.01.	csütörtök 2026.04.02.	péntek 2026.04.03.
Tízórai	**Kocka sajt (07), Teljes kiőrlésű kifli (01), Zöldség,** E: 772(Kj) 185(KCal) F: 12(g) Kol: 32(g) Sz: 48(g) Zsir: 9(g) Cuk: 0(g) Só:0,32(g) Tel.Zs: 3(g) Ca: 180(mg)	**Kakaó (07), Túrós táska (01,03,07),** E:2 315(Kj) 554(KCal) F: 15(g) Kol: 26(g) Sz: 69(g) Zsir: 24(g) Cuk: 24(g) Só:0,79(g) Tel.Zs: 9(g) Ca: 294(mg)	**Tea, Sajtos pogácsa (01,07,03),** E:1 395(Kj) 334(KCal) F: 9(g) Kol: 52(g) Sz: 50(g) Zsir: 10(g) Cuk: 11(g) Só:1,01(g) Tel.Zs: 3(g) Ca: 51(mg)	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 0(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 0(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)
Ebéd	**Brokkolikrémleves (07,01), Milánói makaróni (07,01,03),** E:2 716(Kj) 650(KCal) F: 27(g) Kol: 91(g) Sz: 60(g) Zsir: 31(g) Cuk: 1(g) Só:2,50(g) Tel.Zs: 7(g) Ca: 230(mg)	**Tojásleves (03,01), Kelkáposzta főzelék (01), Vagdalt (01), Gyümölcs,** E:2 785(Kj) 666(KCal) F: 29(g) Kol:135(g) Sz: 56(g) Zsir: 34(g) Cuk: 0(g) Só:4,80(g) Tel.Zs: 4(g) Ca: 131(mg)	**Erőleves (01,03,09), Vasi pecsenye (01,07), Párolt rizs, Vegyes vágott savanyúság,** E:2 744(Kj) 657(KCal) F: 23(g) Kol: 38(g) Sz:102(g) Zsir: 15(g) Cuk: 0(g) Só:5,23(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 110(mg)	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 0(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 0(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)
Uzsonna	**Téliszalámi, Margarin (07), Császár zsemle (01), Zöldség,** E:1 442(Kj) 345(KCal) F: 10(g) Kol: 3(g) Sz: 26(g) Zsir: 21(g) Cuk: 0(g) Só:1,84(g) Tel.Zs: 5(g) Ca: 62(mg)	**Házi tonhalkrém (07,04), Teljes kiőrlésű kenyér (01), Zöldség,** E:1 350(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: 10(mg)	**Tortilla tekercs csirkemell, saláta (06,01,03,10),** E: 506(Kj) 121(KCal) F: 9(g) Kol: 0(g) Sz: 10(g) Zsir: 9(g) Cuk: 1(g) Só:1,46(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 215(mg)	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 0(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 0(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(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 alsó tagozatosok 7-10

2026.04.13. - 2026.04.19.

	hétfő 2026.04.13	kedd 2026.04.14.	szerda 2026.04.15.	csütörtök 2026.04.16.	péntek 2026.04.17.
Tízórai	**Kocka sajt (07), Teljes kiőrlésű kifli (01), Zöldség,** E: 772(Kj) 185(KCal) F: 12(g) Kol: 32(g) Sz: 48(g) Zsir: 9(g) Cuk: 0(g) Só:0,32(g) Tel.Zs: 3(g) Ca: 180(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)	**Tea, Sajtos rúd (01,03,07),** E:1 274(Kj) 305(KCal) F: 4(g) Kol: 0(g) Sz: 36(g) Zsir: 16(g) Cuk: 11(g) Só:0,40(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 20(mg)	**Tej (07), Túrós táska (01,03,07),** E:2 074(Kj) 496(KCal) F: 14(g) Kol: 28(g) Sz: 50(g) Zsir: 26(g) Cuk: 6(g) Só:0,72(g) Tel.Zs: 10(g) Ca: 258(mg)	**Tea, Burgonyás pogácsa (07,01,03),** E:1 098(Kj) 263(KCal) F: 7(g) Kol: 35(g) Sz: 47(g) Zsir: 5(g) Cuk: 10(g) Só:0,86(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 44(mg)
Ebéd	**Hagymakrémleves (07,01), Bolognai spagetti (01,03,07),** E:2 379(Kj) 569(KCal) F: 21(g) Kol: 78(g) Sz: 65(g) Zsir: 22(g) Cuk: 1(g) Só:2,13(g) Tel.Zs: 5(g) Ca: 158(mg)	**Tárkonyos raguleves (07,10,01,03,09), Burgonyafőzelék (01,07), Pulyka pörkölt,** E:2 139(Kj) 512(KCal) F: 24(g) Kol: 69(g) Sz: 54(g) Zsir: 21(g) Cuk: 1(g) Só:2,33(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 89(mg)	**Brokkolikrémleves (07,01), Rántott sajt (07,01,03), Zöldséges bulgur (01),** E:3 076(Kj) 736(KCal) F: 27(g) Kol: 92(g) Sz: 70(g) Zsir: 38(g) Cuk: 1(g) Só:2,38(g) Tel.Zs: 12(g) Ca: 435(mg)	**Lebbencsleves (01,03), Paradicsomos káposzta főzelék (01), Sült virsli, Gyümölcs,** E:3 349(Kj) 801(KCal) F: 27(g) Kol: 59(g) Sz: 59(g) Zsir: 48(g) Cuk: 1(g) Só:3,07(g) Tel.Zs: 9(g) Ca: 149(mg)	**Palócleves (07,01), Tönkölyös piskóta gyümölcs lekvárral (03,01,07),** E:2 573(Kj) 615(KCal) F: 17(g) Kol:201(g) Sz: 89(g) Zsir: 19(g) Cuk: 42(g) Só:0,51(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 153(mg)
Uzsonna	**Téliszalámi, Margarin (07), Teljes kiőrlésű zsemle (01), Zöldség,** E:1 314(Kj) 314(KCal) F: 10(g) Kol: 3(g) Sz: 27(g) Zsir: 18(g) Cuk: 0(g) Só:1,75(g) Tel.Zs: 5(g) Ca: 33(mg)	**Tojáskrém (03,07,10), Teljes kiőrlésű kifli (01), Zöldség,** E: 744(Kj) 178(KCal) F: 11(g) Kol: 53(g) Sz: 46(g) Zsir: 10(g) Cuk: 0(g) Só:0,55(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 43(mg)	**Körözött (07), Teljes kiőrlésű kifli (01), Zöldség,** E: 911(Kj) 218(KCal) F: 15(g) Kol: 17(g) Sz: 48(g) Zsir: 11(g) Cuk: 0(g) Só:0,36(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 81(mg)	**Padlizsánkrémes T.k.kenyér (10,01),** E: 696(Kj) 167(KCal) F: 5(g) Kol: 0(g) Sz: 30(g) Zsir: 3(g) Cuk: 0(g) Só:1,01(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 21(mg)	**Trappista sajt (07), Margarin (07), Teljes kiőrlésű kenyér (01), Zöldség,** E:1 455(Kj) 348(KCal) F: 14(g) Kol: 32(g) Sz: 32(g) Zsir: 17(g) Cuk: 0(g) Só:1,89(g) Tel.Zs: 7(g) Ca: 189(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 alsó tagozatosok 7-10

2026.04.20. - 2026.04.26.

	hétfő 2026.04.20	kedd 2026.04.21.	szerda 2026.04.22.	csütörtök 2026.04.23.	péntek 2026.04.24.
Tízórai	**Főtt virsli,mustár, ketchup, Tk.kenyér (01,10),** E: 930(Kj) 223(KCal) F: 9(g) Kol: 12(g) Sz: 27(g) Zsir: 8(g) Cuk: 1(g) Só:1,19(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 21(mg)	**Tea, Lekváros táska (01,03),** E:1 457(Kj) 349(KCal) F: 7(g) Kol: 0(g) Sz: 66(g) Zsir: 6(g) Cuk: 15(g) Só:0,10(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 20(mg)	**Tej (07), Kakaós csiga(kicsi) (01,03,07),** E:1 379(Kj) 330(KCal) F: 9(g) Kol: 28(g) Sz: 36(g) Zsir: 16(g) Cuk: 10(g) Só:0,43(g) Tel.Zs: 5(g) Ca: 238(mg)	**Kakaó (07), Vaníliás croissant (01,03,07),** E:2 223(Kj) 532(KCal) F: 12(g) Kol: 26(g) Sz: 78(g) Zsir: 19(g) Cuk: 30(g) Só:0,87(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 264(mg)	**Tea, Bécsi perec (01,07),** E: 656(Kj) 157(KCal) F: 4(g) Kol: 0(g) Sz: 32(g) Zsir: 2(g) Cuk: 10(g) Só:1,75(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 35(mg)
Ebéd	**Sertés raguleves (09,01,03), Káposztás tészta (01,03),** E:2 357(Kj) 564(KCal) F: 20(g) Kol: 56(g) Sz: 72(g) Zsir: 18(g) Cuk: 4(g) Só:2,79(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 120(mg)	**Karalábéleves (01,03,07), Bácskai rizseshús, Céklasaláta, Gyümölcs,** E:2 051(Kj) 491(KCal) F: 15(g) Kol: 28(g) Sz: 81(g) Zsir: 8(g) Cuk: 3(g) Só:1,69(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 113(mg)	**Erdei gyümölcsleves (07,01), Sült csirke-comb, Petrezselymes burgonya, Káposzta saláta,** E:2 190(Kj) 524(KCal) F: 19(g) Kol: 49(g) Sz: 76(g) Zsir: 15(g) Cuk: 15(g) Só:1,33(g) Tel.Zs: 3(g) Ca: 119(mg)	**Tiroli ötgabonás gombócleves (01,03), Lencsefőzelék (07,01,10), Vagdaltszelet (01,03),** E:3 120(Kj) 746(KCal) F: 33(g) Kol: 81(g) Sz: 98(g) Zsir: 20(g) Cuk: 4(g) Só:1,37(g) Tel.Zs: 3(g) Ca: 188(mg)	**Frankfurti leves (07,01), Szilvás gombóc (01,03),** E:3 095(Kj) 740(KCal) F: 23(g) Kol: 66(g) Sz:110(g) Zsir: 21(g) Cuk: 8(g) Só:1,76(g) Tel.Zs: 3(g) Ca: 121(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)	**Túrókrém (07), Teljes kiőrlésű kifli (01), Zöldség,** E: 811(Kj) 194(KCal) F: 15(g) Kol: 19(g) Sz: 47(g) Zsir: 9(g) Cuk: 0(g) Só:0,34(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 62(mg)	**Tortilla tekercs tonhalas (01,04,03,10),** E: 491(Kj) 117(KCal) F: 8(g) Kol: 0(g) Sz: 8(g) Zsir: 11(g) Cuk: 0(g) Só:0,80(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 6(mg)	**Májkrém (07,10), Teljes kiőrlésű kifli (01), Zöldség,** E: 864(Kj) 207(KCal) F: 13(g) Kol: 28(g) Sz: 46(g) Zsir: 12(g) Cuk: 0(g) Só:0,61(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 33(mg)	**Olasz felvágott, Teljes kiőrlésű zsemle (01), Zöldség,** E: 991(Kj) 237(KCal) F: 9(g) Kol: 34(g) Sz: 27(g) Zsir: 10(g) Cuk: 0(g) Só:1,43(g) Tel.Zs: 5(g) Ca: 32(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 alsó tagozatosok 7-10

2026.04.27. - 2026.05.03.

	hétfő 2026.04.27	kedd 2026.04.28.	szerda 2026.04.29.	csütörtök 2026.04.30.	péntek 2026.05.01.
Tízórai	**Kocka sajt (07), Teljes kiőrlésű kifli (01), Zöldség,** E: 772(Kj) 185(KCal) F: 12(g) Kol: 32(g) Sz: 48(g) Zsir: 9(g) Cuk: 0(g) Só:0,32(g) Tel.Zs: 3(g) Ca: 180(mg)	**Tejeskávé (07), Túrós táska (01,03,07),** E:2 239(Kj) 536(KCal) F: 14(g) Kol: 28(g) Sz: 60(g) Zsir: 26(g) Cuk: 16(g) Só:0,72(g) Tel.Zs: 10(g) Ca: 258(mg)	**Tea, Sajtos pogácsa (01,07,03),** E:1 395(Kj) 334(KCal) F: 9(g) Kol: 52(g) Sz: 50(g) Zsir: 10(g) Cuk: 11(g) Só:1,01(g) Tel.Zs: 3(g) Ca: 51(mg)	**Tej (07), Almás pite (07,01,03),** E:1 752(Kj) 419(KCal) F: 14(g) Kol: 62(g) Sz: 62(g) Zsir: 11(g) Cuk: 9(g) Só:0,31(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 266(mg)	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 0(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)
Ebéd	**Zellerkrémleves (09,01), Csirkepaprikás (07), Tészta köret (01,03), Csemegeuborka,** E:2 033(Kj) 486(KCal) F: 22(g) Kol: 76(g) Sz: 19(g) Zsir: 63(g) Cuk: 1(g) Só:5,20(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 113(mg)	**Májgombócleves (03,01,09), Finomfőzelék (07,01), Grill virsli, Gyümölcs,** E:2 653(Kj) 635(KCal) F: 22(g) Kol: 58(g) Sz: 61(g) Zsir: 31(g) Cuk: 6(g) Só:1,80(g) Tel.Zs: 5(g) Ca: 206(mg)	**Paradicsomleves (01,03,09), Rántott csirkemell (01,03), Zöldséges köles, Uborka saláta,** E:3 279(Kj) 784(KCal) F: 37(g) Kol:105(g) Sz:106(g) Zsir: 22(g) Cuk: 11(g) Só:2,13(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 92(mg)	**Bakonyi pulykaleves (07,01), Sóskafőzelék (07,01), Főtt burgonya kis adag, Főtt tojás (03),** E:3 059(Kj) 732(KCal) F: 32(g) Kol:275(g) Sz: 65(g) Zsir: 35(g) Cuk: 8(g) Só:2,04(g) Tel.Zs: 6(g) Ca: 339(mg)	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 0(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)
Uzsonna	**Paprikás felvágott, Margarin (07), Császár zsemle (01), Zöldség,** E:1 585(Kj) 379(KCal) F: 6(g) Kol: 0(g) Sz: 26(g) Zsir: 13(g) Cuk: 0(g) Só:0,94(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 58(mg)	**Tojáskrém (03,07,10), Teljes kiőrlésű kifli (01), Zöldség,** E: 744(Kj) 178(KCal) F: 11(g) Kol: 53(g) Sz: 46(g) Zsir: 10(g) Cuk: 0(g) Só:0,55(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 43(mg)	**Tortilla tekercs sonkás (06,01),** E: 201(Kj) 48(KCal) F: 3(g) Kol: 0(g) Sz: 6(g) Zsir: 1(g) Cuk: 0(g) Só:0,43(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 53(mg)	**Túrókrém (07), Zsemle (01),** E: 836(Kj) 200(KCal) F: 9(g) Kol: 19(g) Sz: 29(g) Zsir: 5(g) Cuk: 0(g) Só:1,54(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 45(mg)	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 0(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(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