

<i>Alsós iskolás</i> (7-10 év)	<i>Hétfő</i> 2025.07.28.	<i>Kedd</i> 2025.07.29.	<i>Szerda</i> 2025.07.30.	<i>Csütörtök</i> 2025.07.31.	<i>Péntek</i> 2025.08.01.
<i>Ebéd</i>	-Sertésraguleves (E:313,6 ZS:16,5 T:1,3 F:22,1 CH:17,4 C:1,3 S:0,6) (G, L, T, Z, O, M) -Dejós metélt (E:639,7 ZS:13,5 T:1,7 F:17,8 CH:109,4 C:32,9 S:1,2) (G, O)	-Burgonyaleves (E:277,2 ZS:9,9 T:1,2 F:6,0 CH:39,2 C:0,5 S:0,4) (G, L, T, Z, O, M) -Székelykáposzta (E:576,5 ZS:29,8 T:6,9 F:31,7 CH:45,5 C:1,6 S:1,4) (G, L)	-Daragaluska leves (E:179,5 ZS:6,5 T:0,8 F:5,8 CH:21,5 C:2,8 S:0,6) (G, L, T, Z, O, M) -Párolt csirkemell (E:203,3 ZS:5,2 T:0,5 F:30,6 CH:7,7 C:0,0 S:0,5) (G) -Finomfőzelék (E:435,4 ZS:10,7 T:1,0 F:6,2 CH:31,5 C:11,2 S:0,5) (L, G, T, Z, O, M)	-Palócleves (E:448,2 ZS:18,6 T:3,1 F:25,1 CH:44,4 C:5,4 S:1,2) (L, G, T, Z, O, M) -Túrós batyu kelt (E:564,3 ZS:11,9 T:2,0 F:22,7 CH:86,9 C:28,5 S:0,5) (L, T, G) -Banán (E:157,5 ZS:0,0 T:0,0 F:2,0 CH:36,3 C:0,0 S:0,1)	-Csontleves (E:116,8 ZS:1,0 T:0,2 F:4,5 CH:20,3 C:3,1 S:0,6) (Z, G, L, T, O, M) -Rántott sertésszelet (E:397,4 ZS:18,4 T:3,4 F:29,0 CH:23,6 C:0,8 S:1,4) (G, T) -Sóska (E:356,4 ZS:11,7 T:1,1 F:10,8 CH:51,5 C:30,0 S:1,0) (G, L) -Főtt burgonya (E:264,0 ZS:0,6 T:0,0 F:7,5 CH:55,2 C:0,0 S:0,1)
	<i>S:1,2, E:650,0, ZS:20,8, T:2,0, F:27,6, CH:85,3, C:22,8, Ca:0,0</i>	<i>S:1,4, E:731,0, ZS:32,3, T:6,1, F:28,7, CH:79,3, C:1,6, Ca:17,0</i>	<i>S:1,5, E:827,0, ZS:23,0, T:2,4, F:38,6, CH:64,8, C:14,7, Ca:17,9</i>	<i>S:1,4, E:1 003,0, ZS:25,2, T:4,2, F:42,1, CH:145,8, C:32,3, Ca:180,0</i>	<i>S:2,3, E:836,0, ZS:23,7, T:3,6, F:39,6, CH:108,5, C:21,6, Ca:28,6</i>
<i>Összesen</i>	<i>S:1,2, E:650,0, ZS:20,8, T:2,0, F:27,6, CH:85,3, C:22,8, Ca:0,0</i>	<i>S:1,4, E:731,0, ZS:32,3, T:6,1, F:28,7, CH:79,3, C:1,6, Ca:17,0</i>	<i>S:1,5, E:827,0, ZS:23,0, T:2,4, F:38,6, CH:64,8, C:14,7, Ca:17,9</i>	<i>S:1,4, E:1 003,0, ZS:25,2, T:4,2, F:42,1, CH:145,8, C:32,3, Ca:180,0</i>	<i>S:2,3, E:836,0, ZS:23,7, T:3,6, F:39,6, CH:108,5, C:21,6, Ca:28,6</i>

Jó étvágyat!

A savanyúságok édesítőszerrel készülnek.

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Jelmagyarázat:

Allergén jelmagyarázat:

<i>S: só (g)</i>	<i>E: energia (kcal)</i>	<i>G: glutén, gabonák</i>	<i>Z: zeller</i>	<i>D: diófélék, mandula, pisztácia</i>	<i>C: csillagfűrt</i>
<i>ZS: zsír (g)</i>	<i>T: telített zsírsav (g)</i>	<i>L: laktóz, tej, tejtermékek</i>	<i>R: rákfélék</i>	<i>M: mustár</i>	<i>P: puhatestűek</i>
<i>F: fehérje (g)</i>	<i>CH: szénhidrát (g)</i>	<i>T: tojás, fehérje</i>	<i>H: halak</i>	<i>S: szezámag</i>	
<i>C: cukor (g)</i>	<i>Ca: kalcium (mg)</i>	<i>F: földimogyoró</i>	<i>O: szója</i>	<i>K: szulfitok, kéndioxid</i>	