

Kossuth Lajos Evang. Ált.Isk. és Gimnázium																Étlap																 Repeta Win Szoftver																43.hét																																
ÁLT.I.(11-14)-A																2026.10.19 - 2026.10.22																																																																
HÉTFŐ																KEDD																SZERDA																CSÜTÖRTÖK																PÉNTEK																
T	Tej(2) Vajkrém(2) Kenyér-teljes kiőrlésű(1-8) Uborka friss																Tej(2) Briós(1-2-3)																Tej(2) Parizer(2-8-10) Margarin(2) Kenyér - magvas(1-5-8) Paradicsom																Ivólé Croissant - sajtos(1-2-3)																															
	Allergének TEJ(2)GLUTÉN(1)SZÓJA(8)																Allergének TEJ(2)GLUTÉN(1)TOJÁS(3)																Allergének TEJ(2)GLUTÉN(1)SZÓJA(8)SZEZÁMMAG(5) MUSTÁR(10)																Allergének TEJ(2)GLUTÉN(1)TOJÁS(3)																Allergének															
g	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk																																						
	397	15	14	45	0,4	6	0	208	10	5	30	0,2	0	0	377	17	15	42	0,4	4	0	317	8	6	79	1,2	0	0																																																				
E	Magyaros zöldbableves(1-2-3-4-10-11) Sertéspaprikas(2-1) Tésztaköret(1-3)																Kertészleves(1-3-2-4-10) Babfőzelék(1-2) Sültkolbász(8) Kenyér - főzelékhez(1-8)																Sajtkrémleves(1-2) Lecsos csirke Párolt rizs																Húsleves (sertéshúsból) (1-2-3-4-10) Főtt hús Főtt burgonya Gyümölcsmártás(1-2)																															
	Allergének TEJ(2)GLUTÉN(1)TOJÁS(3)ZELLER(4)MUSTÁR(10)																Allergének TEJ(2)GLUTÉN(1)SZÓJA(8)TOJÁS(3)ZELLER(4)MUSTÁR(10)																Allergének TEJ(2)GLUTÉN(1)																Allergének TEJ(2)GLUTÉN(1)TOJÁS(3)ZELLER(4)MUSTÁR(10)																Allergének															
g	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk																																						
	760	34	34	76	4,4	8	0	828	40	28	101	4,1	11	2	770	34	37	72	4,3	8	0	710	43	19	90	2,4	7	20																																																				
U	Tejszelet(2) Kifli(1-2)																Olasz felvágott(2-8-10) Margarin(2) Búzakorpás diákzsemle(1-2) Paprika tv																Szerelmeslevél(1-2)																Diák csemege(8-10) Margarin(2) Zsemle(1-2) Uborka friss																															
	Allergének TEJ(2)GLUTÉN(1)																Allergének TEJ(2)GLUTÉN(1)SZÓJA(8)MUSTÁR(10)																Allergének TEJ(2)GLUTÉN(1)																Allergének TEJ(2)GLUTÉN(1)SZÓJA(8)MUSTÁR(10)																Allergének															
g	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk																																						
	265	7	8	35	0,1	0	0	286	10	17	32	1,0	7	0	151	5	0	31	0,2	0	0	264	8	12	26	0,2	3	0																																																				

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket !
A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat , melyért elnézést kérünk !