

Allergének									Allergének								
EN	ZS	TZS	FH	SZH	CK	SO	EN	ZS	TZS	FH	SZH	CK	SO				
2025.09.01. Hétfő									Reggeli								
Tízórai									Tej 7 90 3 2 6,6 9,4 9,4 0,2								
Gyümölcsstea 30 0 0 0 7,4 7,4 0									Méz 61 0 0 0,1 16,5 16,4 0								
Vajkrém 7 43 4 2,6 1 0,8 0,5 0,18									Margarin 18 2 0,6 0,1 0,1 0 0,08								
Sajtos kifli 1,7 126 1,5 0,8 3,6 23,9 0,7 0,54									Fehér kenyér 1 120 0,4 0,1 4 24,1 0,3 0,6								
Ebéd									Tízórai								
Zöldségleves 1,3,12 42 1,6 0,2 1,3 5 0,8 0,32									Tej 7 90 3 2 6,6 9,4 9,4 0,2								
Csikós sertéstokány 1,7 174 12,8 5,1 8,9 5,2 1,2 0,33									Szamóca extra dzsem 52 0 0 0,1 12,6 12,2 0								
Galuska 1,3 303 6,1 1 8,2 52,6 0 0,04									Margarin 18 2 0,6 0,1 0,1 0 0,08								
Uzsonna									Fehér kenyér 1 120 0,4 0,1 4 24,1 0,3 0,6								
Pulykasonka 24 0,5 0,2 4,5 0,5 0 0,81									Ebéd								
Margarin 18 2 0,6 0,1 0,1 0 0,08									Csontleves 1,3,9,12 40 0,9 0,1 1,1 6,7 0,4 0,43								
Teljes kiőrlésű zsemle 1 131 0,5 0,2 3,8 26,5 0,4 0,6									Csirkefasírt 1,3 139 5 1 14,7 8,5 0,4 0,75								
Salátalevél 3 0 0 0,2 0,3 0 0,01									Lencsefőzelék 1,7,10 353 11,5 3,4 17,2 41,5 6,4 0,92								
2025.09.02. Kedd									Teljes kiőrlésű kenyér 1 77 0,4 0,1 2,2 15,3 0,2 0,42								
Tízórai									Kakaós süti 1,3,7 164 6,3 1,2 3 23,7 14,1 0,12								
Tej 7 90 3 2 6,6 9,4 9,4 0,2									Uzsonna								
Dzsungel gabonapehely 1,6 150 0,9 0,1 3,1 31,6 11,6 0,32									Sertéspárizsi 64 5,4 2,1 3,3 0,6 0,1 0,56								
Ebéd									Margarin 18 2 0,6 0,1 0,1 0 0,08								
Édes gyökekrémleves 1,7,9,12 65 1,5 0,8 1,9 10,5 2,1 0,16									Zsemle 1 148 0,4 0 4,3 29,7 0,6 0,65								
Leves gyöngy 1,3,7 44 2,8 1,4 0,6 4 0,2 0,07									Kígyóborka 3 0 0 0,3 0,5 0 0,01								
Bolognai sertésragu 9 205 12,8 4,1 12,1 9,1 6,6 0,19									Vacsora								
Spagetti 1 271 6,5 0,8 8,5 44,5 2,7 0,09									Rakott kelkáposzta 1,7 405 24,4 7,5 17,2 31,2 6 0,26								
Sajt szórát 7 69 5,4 3,8 5 0 0 0,32									Teljes kiőrlésű kenyér 1 77 0,4 0,1 2,2 15,3 0,2 0,42								
Limonádé 12 42 0 0 0 10,4 10,3 0									2025.09.05. Péntek								
Uzsonna									Tízórai								
Reszelt sajt 7 61 4,7 3,2 5,2 0 0 0,36									Gyümölcsstea 30 0 0 0 7,4 7,4 0								
Margarin 18 2 0,6 0,1 0,1 0 0,08									Majonézes tojáskrém 3,10 69 5 1 2,6 1,4 1,1 0,31								
Teljes kiőrlésű kifli 1 110 0,7 0,2 3,8 20,7 0,3 0,6									Zsemle 1 148 0,4 0 4,3 29,7 0,6 0,65								
Kígyóborka 3 0 0 0,3 0,5 0 0,01									Paradicsom 7 0,1 0 0,3 1,2 0 0								
2025.09.03. Szerda									Ebéd								
Tízórai									Lebbencsleves 1,12 80 2,5 0,3 2,1 11,6 0,8 0,33								
Gyümölcsstea 30 0 0 0 7,4 7,4 0									Túrótöltelikes gombóc 1,7 520 8,9 1,3 14,2 94 10,2 1,48								
Főtt virsli 158 13,8 5,6 7,2 1,3 0 1,26									Porcukor szórát 47 0 0 0 12 10,8 0								
Teljes kiőrlésű kenyér 1 129 0,6 0,2 3,7 25,5 0,4 0,7									Szőlő 78 0 0 0,6 18,1 18,1 0,01								
Ketchup 13 0,1 0 0,2 3 2 0,29									Uzsonna								
Ebéd									Kockasajt 7 68 5,8 3,8 2,8 1,3 1 0,63								
Almás szilvakrémleves 1,7,12 113 0,5 0,3 0,9 25,7 21,7 0,12									Teljes kiőrlésű kifli 1 110 0,7 0,2 3,8 20,7 0,3 0,6								
Kukorica morzsás csirkemell csík 1 271 13,2 1,7 12,6 25,2 0,6 1,47																	
Petrezselymes rizs 285 7 1 5,3 49,9 0,7 0,3																	
Vitaminsaláta 12 46 0,2 0 0,9 9,6 7,1 0,34																	
Uzsonna																	
Fatörzs kifli 1,3,7 165 3,5 1,7 4,1 28,5 4,2 0,35																	
Szilva 58 0 0 0,7 13,1 13,1 0,01																	
2025.09.04. Csütörtök																	

Allergének										Allergének							
EN										EN							
ZS										ZS							
TZS										TZS							
FH										FH							
SZH										SZH							
CK										CK							
SO										SO							
2025.09.08. Hétfő										Ebéd							
Tízórai										Tarhonyaleves							
Kakaós tej										1,12							
Sajtos pogácsa										1							
1,3,7,12										1,7							
Ebéd										1							
Daragaluska leves										1							
1,3,9,12										Uzsonna							
1,7,9,10,12										38							
1										18							
210										1							
Uzsonna										148							
Libazsír										3							
1										2025.09.12. Péntek							
4										Tízórai							
2025.09.09. Kedd										30							
Tízórai										41							
Gyümölcstea										18							
7										1							
Sajtszelet										131							
Margarin										3							
Búzakorpás diákrúd										Ebéd							
1,7										1							
Pirított napraforgómag										133							
Ebéd										1,3,7							
Görög gyümölcsleves										1,7							
1,7,12										231							
12										3,7,10							
Paprikás burgonya virslivel										30							
10										Uzsonna							
Cékla savanyúság										7							
1										1,12							
Teljes kiőrlésű kenyér										154							
Uzsonna										120							
Zala felvágott										2025.09.10. Szerda							
18										Tízórai							
1										7							
Kígyóuborka										90							
2025.09.10. Szerda										61							
Tízórai										18							
Tej										129							
7										Ebéd							
Méz										Paradicsomleves							
Margarin										1,3,9							
1										1,3,4							
Teljes kiőrlésű kenyér										1							
Ebéd										283							
Paradicsomleves										81							
1,3,9										Uzsonna							
1,3,4										Kakaós csiga							
1										1,3,7							
Majonézes kukoricasaláta										228							
Uzsonna										43							
Kakaós csiga										2025.09.11. Csütörtök							
1,3,7										Tízórai							
Alma										Almás zabkása							
2025.09.11. Csütörtök										1,7							
Tízórai										273							
Almás zabkása										46							
Fahéjas porcukor										0							

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelenlévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:1.Glutént tartalmazó gabonafélék; 2.Rákfélék; 3.Tojás; 4.Hal; 5.Földimogyoró; 6.Szójabab, 7.Tej (beleértve a laktózt); 8.Diófélék; 9.Zeller; 10.Mustár; 11.Szezámmag; 12.Kén-dioxid; 13.Csillagfűrt; 14.PuhatestűekA tápanyag tartalom jelölés magyarázata:EN(számított energia;kcal/adag),ZS(zsír;g/adag),TZS(telített zsírsav;g/adag),FH(fehérje;g/adag),SZH(szénhidrát;g/adag);CK(cukor;g/adag),SÓ(só;g/adag)

Allergének		EN	ZS	TZS	FH	SZH	CK	SO	Allergének		EN	ZS	TZS	FH	SZH	CK	SO		
2025.09.15. Hétfő									Tízórai										
Tízórai									Gyümölcsstea		30	0	0	0	7,4	7,4	0		
Tej		7	90	3	2	6,6	9,4	9,4	0,2	Csirkemell sonka		32	1,3	0,4	4,5	0,6	0,1	0,66	
Mézes maci gabonapehely		6	153	0,7	0,2	2,3	34	12,4	0,28	Margarin		18	2	0,6	0,1	0,1	0	0,08	
Ebéd									Teljes kiőrlésű kifli		1	110	0,7	0,2	3,8	20,7	0,3	0,6	
Eperkrémleves		1,7,12	114	0,5	0,3	0,8	26,3	22,3	0,03	Salátalevél		3	0	0	0,2	0,3	0	0,01	
Zöldséges rizseshús			390	11,4	1,2	17,4	50,3	1,4	0,67	Ebéd									
Csemegeuborka		10,12	16	0,1	0	0,6	3,4	3	1,2	Lencsegulyás sertéshússal		1,3,9	190	6,4	1,7	11,3	19,7	1,3	0,2
Uzsonna										Sárgabarackízes gombóc		1	493	4,9	0,4	11,6	100,3	25,4	1,29
Kenőmájás			85	7,2	2,7	3,9	1,2	0,8	0,51	Porcukor szórat			47	0	0	0	12	10,8	0
Teljes kiőrlésű kifli		1	110	0,7	0,2	3,8	20,7	0,3	0,6	Fehér kenyér		1	72	0,2	0	2,4	14,4	0,2	0,36
Póréhagyma			4	0	0	0,2	0,6	0	0	Uzsonna									
2025.09.16. Kedd									Piros gyümölcsös joghurt		7	111	1,6	0,6	4,3	17,5	15	0,13	
Tízórai									Kifli		1,7	135	0,9	0,2	4,3	26,5	1,1	0,53	
Gyümölcsstea			30	0	0	0	7,4	7,4	0	2025.09.19. Péntek									
Majonézes tonhalkrém		3,4,6,10	66	4	0,5	5,8	1,6	1	0,29	Tízórai									
Búzakorpás diákrúd		1,7	143	1,6	0,8	4,5	27,2	1,3	0,7	Gyümölcsstea		30	0	0	0	7,4	7,4	0	
Ebéd										Főtt tojás		3	41	2,5	0,8	2,8	0,2	0,1	0,08
Köménymagleves		1	63	4,6	0,5	0,7	4,4	0,4	0,08	Margarin		18	2	0,6	0,1	0,1	0	0,08	
Pirított kenyérkocka		1	30	0,1	0	0,9	6,1	0,1	0,16	Teljes kiőrlésű kenyér		1	129	0,6	0,2	3,7	25,5	0,4	0,7
Dino szelet		1	141	7	0,8	9,6	9,6	0,3	0,72	Zöldpaprika		9	0,1	0	0,4	1,4	0,5	0	
Zöldborsófőzelék		1,7	205	0,9	0,6	12,6	32,7	12,7	0,15	Ebéd									
Teljes kiőrlésű kenyér		1	77	0,4	0,1	2,2	15,3	0,2	0,42	Fokhagyma krémleves		1,7,12	72	2,6	0,9	2,4	9,5	1,3	0,45
Szilva			58	0	0	0,7	13,1	13,1	0,01	Leves gyöngy		1,3,7	44	2,8	1,4	0,6	4	0,2	0,07
Uzsonna										Vegetáriánus olaszos rakott tészta		1,6,7,9	387	7,8	3,3	21,5	54,5	8,4	0,54
Paprikás szalámi			72	6,5	2,6	3,3	0,2	0,2	0,51	Limonádé		12	42	0	0	0	10,4	10,3	0
Margarin			18	2	0,6	0,1	0,1	0	0,08	Uzsonna									
Zsemle		1	148	0,4	0	4,3	29,7	0,6	0,65	Pizzás csiga		1,7,12	157	7,2	3,8	3,5	19,3	1,9	0,7
Csemegeuborka		10,12	8	0	0	0,3	1,7	1,5	0,6	Körte		73	0	0	0,6	16,8	3,9	0,01	
2025.09.17. Szerda																			
Tízórai																			
Tej		7	90	3	2	6,6	9,4	9,4	0,2										
Áfonya extra dzsem			54	0	0	0,1	13	12,7	0										
Margarin			18	2	0,6	0,1	0,1	0	0,08										
Fehér kenyér		1	120	0,4	0,1	4	24,1	0,3	0,6										
Ebéd																			
Májgaluska leves		1,3,9,12	108	2,9	0,5	8	12	0,7	0,4										
Párolt sertésszelet, karajból			93	4,8	0	7,7	1,4	0,2	0,67										
Gyümölcsmártás		1,7	124	1,1	0,6	1,9	26,4	21,8	0,17										
Pirított dara		1	205	4	0,6	5	36	0	0,1										
Uzsonna																			
Sertéspárizsi			64	5,4	2,1	3,3	0,6	0,1	0,56										
Margarin			18	2	0,6	0,1	0,1	0	0,08										
Teljes kiőrlésű zsemle		1	131	0,5	0,2	3,8	26,5	0,4	0,6										
Kígyóuborka			3	0	0	0,3	0,5	0	0,01										
2025.09.18. Csütörtök																			

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelenlévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:1.Glutént tartalmazó gabonafélék; 2.Ráktfélék; 3.Tojás; 4.Hal; 5.Földimogyoró; 6.Szójabab, 7.Tej (beleértve a laktózt); 8.Diófélék; 9.Zeller; 10.Mustár; 11.Szezámmag; 12.Kén-dioxid; 13.Csillagfűrt; 14.PuhatestűekA tápanyag tartalom jelölés magyarázata:EN(számított energia;kcal/adag),ZS(zsír;g/adag),TZS(telített zsírsav;g/adag),FH(fehérje;g/adag),SZH(szénhidrát;g/adag);CK(cukor;g/adag),SÓ(só;g/adag)

Allergének									Allergének								
EN									EN								
ZS									ZS								
TZS									TZS								
FH									FH								
SZH									SZH								
CK									CK								
SO									SO								
2025.09.22. Hétfő									2025.09.25. Csütörtök								
Tízórai									Tízórai								
Tejeskávé	7	144	3	1,8	5,9	20,3	19,2	0,28	Tej	7	90	3	2	6,6	9,4	9,4	0,2
Sajtos pogácsa	1,3,7,12	166	6,5	3,2	3,4	22,5	0,4	1,1	Csokis gabonagolyó	1,6	156	1,6	0,3	2,4	32,4	14,4	0,12
Ebéd									Ebéd								
Daragaluska leves	1,3,9,12	50	1,5	0,2	1,6	7,4	0,6	0,33	Hamisgulyás	1,3,9,12	74	1,8	0,2	1,9	11,4	0,8	0,11
Sertésfasírt	1,3	229	16,2	4,5	12,5	8,2	0,4	0,69	Mákos guba	1,7	502	15,5	5,4	15,4	73,9	31	1,3
Sárgaborsófőzelék	1	327	9,6	2,1	14,7	37,9	0,5	0,62	Vaníliás öntet	7	153	2,8	1,9	2,9	28,8	21,7	0,21
Teljes kiőrlésű kenyér	1	77	0,4	0,1	2,2	15,3	0,2	0,42	Szilva		58	0	0	0,7	13,1	13,1	0,01
Gyümölcs tea		30	0	0	0	7,4	7,4	0	Uzsonna								
Uzsonna									Kockasajt	7	68	5,8	3,8	2,8	1,3	1	0,63
Pulykasonka		24	0,5	0,2	4,5	0,5	0	0,81	Teljes kiőrlésű kifli	1	110	0,7	0,2	3,8	20,7	0,3	0,6
Margarin		18	2	0,6	0,1	0,1	0	0,08	Jégcsapretek		5	0	0	0,4	0,7	0	0,05
Zsemle	1	148	0,4	0	4,3	29,7	0,6	0,65	2025.09.26. Péntek								
Zöldpaprika		9	0,1	0	0,4	1,4	0,5	0	Tízórai								
2025.09.23. Kedd									Gyümölcs tea		30	0	0	0	7,4	7,4	0
Tízórai									Majonézes tojáskrém	3,10	69	5	1	2,6	1,4	1,1	0,31
Gyümölcs tea		30	0	0	0	7,4	7,4	0	Teljes kiőrlésű kenyér	1	129	0,6	0,2	3,7	25,5	0,4	0,7
Sertéspárizsi		64	5,4	2,1	3,3	0,6	0,1	0,56	Paradicsom		7	0,1	0	0,3	1,2	0	0
Margarin		18	2	0,6	0,1	0,1	0	0,08	Ebéd								
Búzakorpás diákrúd	1,7	143	1,6	0,8	4,5	27,2	1,3	0,7	Zöldségkrémleves	1,7,9	64	1,5	0,8	2,8	8,9	1,9	0,16
Ebéd									Leves gyöngy	1,3,7	44	2,8	1,4	0,6	4	0,2	0,07
Zöldborsóleves	1,3,9,12	58	1,6	0,2	2,8	7,2	1,1	0,31	Sertéspörkölt	1	144	10	3	8,2	4,9	1,1	0,1
Húsgombóc	3	179	11,3	4	11,5	7,9	0,2	0,59	Orsó tészta	1	320	7,6	0,9	10,1	52,6	3,2	0,1
Paradicsommártás	1,9	169	5,8	0,6	2,4	26	20	0,15	Cékla savanyúság	10	27	0,1	0	0,3	6,2	4,6	1,2
Főtt burgonya	12	94	0,2	0	2,5	18,4	0	0,06	Uzsonna								
Teljes kiőrlésű kenyér	1	77	0,4	0,1	2,2	15,3	0,2	0,42	Epres joghurt	7	113	1,3	0,6	3,5	20	18,8	0,1
Cseresznye süti	1,3,7	147	4,8	0,8	2,6	23,1	12,5	0,12	Kifli	1,7	135	0,9	0,2	4,3	26,5	1,1	0,53
Uzsonna																	
Reszelt sajt	7	61	4,7	3,2	5,2	0	0	0,36									
Margarin		18	2	0,6	0,1	0,1	0	0,08									
Félbarna kenyér	1	124	0,6	0,2	3,7	25,5	0,6	0,65									
Kígyóborka		3	0	0	0,3	0,5	0	0,01									
2025.09.24. Szerda																	
Tízórai																	
Gyümölcs tea		30	0	0	0	7,4	7,4	0									
Vaníliás túrókrém	7	54	2,3	1,4	4,1	4,3	4	0,01									
Foszlós kalács	1,3,7	205	6,2	2,7	5,3	32,2	7,4	0,54									
Ebéd																	
Karamellás körteleves	1,7,12	114	1,7	0,9	1,2	23,4	20,5	0,17									
Panírozott halrúd	1,4	151	6,1	0,5	9,1	14,4	1,3	0,76									
Petrezselymes rizs		285	7	1	5,3	49,9	0,7	0,3									
Coleslaw	3,7,10,12	75	4,3	0,7	0,8	7,3	4,9	0,61									
Uzsonna																	
Olasz felvágott		71	6	2,3	3,6	0,6	0	0,66									
Margarin		18	2	0,6	0,1	0,1	0	0,08									
Teljes kiőrlésű zsemle	1	131	0,5	0,2	3,8	26,5	0,4	0,6									
Salátalevél		3	0	0	0,2	0,3	0	0,01									

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelenlévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:1.Glutént tartalmazó gabonafélék; 2.Ráktétel; 3.Tojás; 4.Hal; 5.Földimogyoró; 6.Szójabab, 7.Tej (beleértve a laktózt); 8.Diófélék; 9.Zeller; 10.Mustár; 11.Szezám; 12.Kén-dioxid; 13.Csillagfű; 14.Puhatestűek tápanyag tartalom jelölés magyarázata:EN(számított energia;kcal/adag),ZS(zsír;g/adag),TZS(telített zsírsav;g/adag),FH(fehérje;g/adag),SZH(szénhidrát;g/adag);CK(cukor;g/adag),SÓ(só;g/adag)

Allergének									Allergének								
EN	ZS	TZS	FH	SZH	CK	SO	EN	ZS	TZS	FH	SZH	CK	SO				
2025.09.29. Hétfő									2025.10.02. Csütörtök								
Tízórai									Tízórai								
Gyümölcstea		30	0	0	0	7,4	7,4	0	Kakaós tej	7	152	3,3	2	6,1	21,3	21,2	0,27
Vajkrém	7	43	4	2,6	1	0,8	0,5	0,18	Teavaj	7	85	9,3	6	0,1	0,2	0,1	0
Sajtos kifli	1,7	126	1,5	0,8	3,6	23,9	0,7	0,54	Kifli	1,7	135	0,9	0,2	4,3	26,5	1,1	0,53
Ebéd									Ebéd								
Édes gyökekrémleves	1,7,9,12	65	1,5	0,8	1,9	10,5	2,1	0,16	Zöldségleves	1,3,12	42	1,6	0,2	1,3	5	0,8	0,32
Leves gyöngy	1,3,7	44	2,8	1,4	0,6	4	0,2	0,07	Főtt tojás	3	82	4,9	1,5	5,5	0,4	0,2	0,15
Bácskai rizseshús		430	19,4	5,2	13	49,6	2,3	0,37	Sóskamártás	1,7	132	7,7	2,1	2,8	12,6	4	0,68
Csemegeuborka	10,12	16	0,1	0	0,6	3,4	3	1,2	Főtt burgonya	12	94	0,2	0	2,5	18,4	0	0,06
Uzsonna									Uzsonna								
Gépsonka		38	1,8	0,8	4,5	1,1	0,6	0,81	Teljes kiőrlésű kenyér	1	77	0,4	0,1	2,2	15,3	0,2	0,42
Margarin		18	2	0,6	0,1	0,1	0	0,08	Kockasajt	7	68	5,8	3,8	2,8	1,3	1	0,63
Teljes kiőrlésű kenyér	1	129	0,6	0,2	3,7	25,5	0,4	0,7	Zsemle	1	148	0,4	0	4,3	29,7	0,6	0,65
Salátalevél		3	0	0	0,2	0,3	0	0,01	Szilva		58	0	0	0,7	13,1	13,1	0,01
2025.09.30. Kedd									2025.10.03. Péntek								
Tízórai									Tízórai								
Tej	7	90	3	2	6,6	9,4	9,4	0,2	Tejbedara	1,7	226	6,3	4,2	8,2	34,3	21,3	0,48
Méz		61	0	0	0,1	16,5	16,4	0	Kakaós szórat		46	0,8	0,5	0,8	8,3	7,2	0
Margarin		18	2	0,6	0,1	0,1	0	0,08	Ebéd								
Fehér kenyér	1	120	0,4	0,1	4	24,1	0,3	0,6	Paradicsomleves	1,3,9	130	3,9	0,4	1,9	21,2	15,4	0,12
Ebéd									Ebéd								
Lebbencsleves	1,12	89	3,2	1,3	2,4	11,5	0,8	0,41	Kukorica morzsás csirkemell csík	1	271	13,2	1,7	12,6	25,2	0,6	1,47
Kolbászos aprópecsenye	1	164	11,3	3,5	7,5	4,4	1,1	0,45	Petrezselymes bulgur	1	283	6,6	0,8	6,6	42,4	0,6	0,1
Gyöngybabfőzelék	1,7	341	11,4	2,7	15,1	42,9	1	0,33	Házi vegyes saláta		43	0,1	0	0,7	9,2	7,4	0,33
Teljes kiőrlésű kenyér	1	77	0,4	0,1	2,2	15,3	0,2	0,42	Limonádé	12	42	0	0	0	10,4	10,3	0
Banán		210	0	0	2,6	48,4	16,8	0,31	Uzsonna								
Uzsonna									Uzsonna								
Csemege szalámi		72	6,6	2,6	2,9	0,2	0,1	0,59	Kenőmájás		85	7,2	2,7	3,9	1,2	0,8	0,51
Margarin		18	2	0,6	0,1	0,1	0	0,08	Teljes kiőrlésű kifli	1	110	0,7	0,2	3,8	20,7	0,3	0,6
Zsemle	1	148	0,4	0	4,3	29,7	0,6	0,65	Lilahagyma		5	0	0	0,1	0,9	0,4	0
Kígyóborka		3	0	0	0,3	0,5	0	0,01									
2025.10.01. Szerda																	
Tízórai																	
Gyümölcstea		30	0	0	0	7,4	7,4	0									
Zala felvágott		64	5,1	2,1	3,9	0,6	0	0,48									
Margarin		18	2	0,6	0,1	0,1	0	0,08									
Teljes kiőrlésű zsemle	1	131	0,5	0,2	3,8	26,5	0,4	0,6									
Zöldpaprika		9	0,1	0	0,4	1,4	0,5	0									
Ebéd																	
Gulyásleves	1,3,9,12	132	6,1	1,7	5,9	12	0,8	0,12									
Darás metélt	1	349	8,3	1	9,8	58,3	5,5	0,15									
Eperöntet	12	56	0	0	0,1	13,6	11,4	0,03									
Fehér kenyér	1	72	0,2	0	2,4	14,4	0,2	0,36									
Uzsonna																	
Sajtszelet	7	63	4,6	3,4	5,2	0	0	0,38									
Margarin		18	2	0,6	0,1	0,1	0	0,08									
Búzakorpás diákrúd	1,7	143	1,6	0,8	4,5	27,2	1,3	0,7									

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelenlévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:1.Glutént tartalmazó gabonafélék; 2.Rákfélék; 3.Tojás; 4.Hal; 5.Földimogyoró; 6.Szójabab, 7.Tej (beleértve a laktózt); 8.Diófélék; 9.Zeller; 10.Mustár; 11.Szezámmag; 12.Kén-dioxid; 13.Csillagfűrt; 14.PuhatestűekA tápanyag tartalom jelölés magyarázata:EN(számított energia;kcal/adag),ZS(zsír;g/adag),TZS(telített zsírsav;g/adag),FH(fehérje;g/adag),SZH(szénhidrát;g/adag);CK(cukor;g/adag),SÓ(só;g/adag)