

Étlap

Felsőiskolás (11-14 év)	Hétfő 2026.09.28.	Kedd 2026.09.29.	Szerda 2026.09.30.	Csütörtök 2026.10.01.	Péntek 2026.10.02.
Ebéd		-Legényfogó leves (L, G, T) -Zöldborsófőzelék (G) -Sertéspörkölt (G) -Alma S:1,8, E:712,0, ZS:27,5, T:2,7, F:43,3, CH:71,0, C:14,5, Ca:94,8	-Francia hagymaleves (L, G, Z, M, O, T) -Brassói aprópecsenye (G, L, T, O, M, S, K, Z) -Burgonya köret -Körte S:2,2, E:822,0, ZS:31,3, T:10,3, F:34,2, CH:95,3, C:19,1, Ca:133,8		
Összesen		S:1,8, E:712,0, ZS:27,5, T:2,7, F:43,3, CH:71,0, C:14,5, Ca:94,8	S:2,2, E:822,0, ZS:31,3, T:10,3, F:34,2, CH:95,3, C:19,1, Ca:133,8	S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0	S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0

Jó étvágyat!

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