48. hét 2026.11.23-11.27 **Bartók Téri Iskolaépület**

ALLERGÉN KÓD:

1-glutén, 2-rák, 3-tojás, 4-hal, 5-földimogyoró, 6-szója, 7-tejtermék, laktóz, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szezám, 12-kéndioxid-szulfid, 13-csillagfürt, 14-puhatestűek, 15-mesterséges édesítőszer, 16-édesgyökér (Nyomokban tartalmazhat!)

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
TÍZÓRAI	KAKAÓ ROLL KIFLI	CSIPKETEA KENŐMÁJAS TK. KENYÉR PARADICSOM	CITROMOS TEA TÖKMAGVAS VAJKRÉM TK. KENYÉR	GYÜMÖLCSTEA KÖRÖZÖTTES TK KENYÉR PAPRIKA	KEFÍR TK. KIFLI
	energia: 300 Kcal fehérje: 5 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 40 g cukor: 1,4 g só: 0.02 g	energia: 290 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 40 g cukor: 1,5 g só: 0..03 g	energia: 260 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 35 g cukor: 2 g só: 0,030,04 g	energia: 280 Kcal fehérje: 4 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 40 g cukor: 1,g só: 1 g	energia: 290 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 30 g cukor: 1.4 g só: 1 g
	Allergének: • 1. 7.	Allergének: • 1.	Allergének: • 1. 7.	Allergének: • 1. 7	Allergének: • 1. 7.
EBÉD	ZÖLDSÉG LEVES MILÁNIÓ MAKARÓNI	ORJALEVES ZÖLDBORSÓ FŐZELÉK SÜLT VIRSLI	KÖMÉNYMAGLEVES LEVESGYÖNGY VAJAS SÜLT CSIRKECOMB PETREZSELYMES RIZS PÁROLT ZÖLDSÉG	PAPRIKAKRÉM LEVES RÁNTOTT SERTÉS SZELET BURGONYAPÜRÉ CSEMEGE UBORKA	DARAGALUSKA LEVES ZÖLDFŰSZERES TEJSZÍNES TÉSZTA
	energia: 940 Kcal fehérje: 20 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 70 g cukor: 2 g só: 1,5 g	energia: 920 Kcal fehérje: 25 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 65 g cukor: 2 g só: 1,2 g	energia: 940 Kcal fehérje: 35 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 60 g cukor: 1,5 g só: 1 g	energia: 930 Kcal fehérje: 30 g zsír / telített zs.: 35 g / g szénhidrát: 50 g cukor: 3 g só: 0,05 g	energia: 945 Kcal fehérje: 25 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 45 g cukor: 3 g só: 0,05 g
	Allergének: • 1. 3. 7. 9.	Allergének: • 1. 3. 7. 9.	Allergének: • 1. 7.	Allergének: • 1. 3. 7.	Allergének: • 1. 3. 7. 9.
UZSONNA	CSOKOLÁDÉS HABOS PUDING	KORPÁS ZSEMLE MARGARIN CSIRKEMELL SONKA UBORKA	BURGONYÁS PEREC	TK. GYÜMÖLCSÖS PÁRNA	KÖRTE
	energia: 280 Kcal fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 15 g cukor: g só: 0,02 g	energia: 310 Kcal fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 35 g / g szénhidrát: 25 g cukor: 1,2 g só: 0,03 g	energia: 290 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 25 g / g szénhidrát: 30 g cukor: 1,5 g só: 0.1g	energia: 290 Kcal fehérje: 7 g zsír / telített zs.: 35 g / g szénhidrát: 30 g cukor: 1 g só: 0,02 g	energia: 270 Kcal fehérje: 0,7g zsír / telített zs.: 0,3g / g szénhidrát: 5,7 g cukor: 4,9g só: 0 g
	Allergének: • 7.	Allergének: • 1. 7.	Allergének: • 1. 7.	Allergének: • 1. 3. 7.	Allergének: •

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

48. hét 2026.11.23-11.27 **Barkóczy Utcai Iskolaépület**

ALLERGÉN KÓD:

1-glutén, 2-rák, 3-tojás, 4-hal, 5-földimogyoró, 6-szója, 7-tejtermék, laktóz, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szezám, 12-kéndioxid-szulfid, 13-csillagfürt, 14-puhatestűek, 15-mesterséges édesítőszer, 16-édesgyökér (Nyomokban tartalmazhat!)

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
TÍZÓRAI	KAKAÓ ROLL KIFLI	GYÜMÖLCSLÉ TK RIZSKORONG	TEJ BRIÓS	TEJ LEKVÁROS BUKTA	KEFÍR TK. KIFLI
	energia: 300 Kcal fehérje: 5 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 40 g cukor: 1,4 g só: 0.02 g	energia: 290 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 40 g cukor: 1,5 g só: 0..03 g	energia: 260 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 35 g cukor: 2 g só: 0,030,04 g	energia: 280 Kcal fehérje: 4 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 40 g cukor: 1,g só: 1 g	energia: 290 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 30 g cukor: 1.4 g só: 1 g
	Allergének: • 1. 7.	Allergének: • 1.	Allergének: • 1.	Allergének: • 1. 7	Allergének: • 1. 7.
EBÉD	ZÖLDSÉG LEVES MILÁNIÓ MAKARÓNI	ORJALEVES ZÖLDBORSÓ FŐZELÉK SÜLT VIRSLI	KÖMÉNYMAGLEVES LEVESGYÖNGY VAJAS SÜLT CSIRKECOMB PETREZSELYMES RIZS PÁROLT ZÖLDSÉG	PAPRIKAKRÉM LEVES RÁNTOTT SERTÉS SZELET BURGONYAPÜRÉ CSEMEGE UBORKA	DARAGALUSKA LEVES ZÖLDFŰSZERES TEJSZÍNES TÉSZTA
	energia: 940 Kcal fehérje: 20 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 70 g cukor: 2 g só: 1,5 g	energia: 920 Kcal fehérje: 25 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 65 g cukor: 2 g só: 1,2 g	energia: 940 Kcal fehérje: 35 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 60 g cukor: 1,5 g só: 1 g	energia: 930 Kcal fehérje: 30 g zsír / telített zs.: 35 g / g szénhidrát: 50 g cukor: 3 g só: 0,05 g	energia: 945 Kcal fehérje: 25 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 45 g cukor: 3 g só: 0,05 g
	Allergének: • 1. 3. 7. 9.	Allergének: • 1. 3. 7. 9.	Allergének: • 1. 7.	Allergének: • 1. 3. 7.	Allergének: • 1. 3. 7. 9.
UZSONNA	CSOKOLÁDÉS HABOS PUDING	KORPÁS ZSEMLE MARGARIN CSIRKEMELL SONKA UBORKA	BURGONYÁS PEREC	TK. GYÜMÖLCSÖS PÁRNA	KÖRTE
	energia: 280 Kcal fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 15 g cukor: g só: 0,02 g	energia: 310 Kcal fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 35 g / g szénhidrát: 25 g cukor: 1,2 g só: 0,03 g	energia: 290 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 25 g / g szénhidrát: 30 g cukor: 1,5 g só: 0.1g	energia: 290 Kcal fehérje: 7 g zsír / telített zs.: 35 g / g szénhidrát: 30 g cukor: 1 g só: 0,02 g	energia: 270 Kcal fehérje: 0,7g zsír / telített zs.: 0,3g / g szénhidrát: 5,7 g cukor: 4,9g só: 0 g
	Allergének: • 7.	Allergének: • 1. 7.	Allergének: • 1. 7.	Allergének: • 1. 3. 7.	Allergének: •

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

47. hét 2026.11.16-11.20 **Bartók Téri Iskolaépület**

ALLERGÉN KÓD:

1-glutén, 2-rák, 3-tojás, 4-hal, 5-földimogyoró, 6-szója, 7-tejtermék, laktóz, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szezám, 12-kéndioxid-szulfid, 13-csillagfürt, 14-puhatestűek, 15-mesterséges édesítőszer, 16-édesgyökér (Nyomokban tartalmazhat!)

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
TÍZÓRAI	TEJ KIFLI	CITROMOS TEA HALKRÉMES KENYÉR CITROM	TEJ LEKVÁROS KENYÉR	MÁLNÁS SHAKE VAJAS ZSEMLE	GYÜMÖLCSTEA SAJTOS STANGLI
	energia: 300 Kcal fehérje: 5 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 40 g cukor: 1,4 g só: 0.02 g	energia: 290 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 40 g cukor: 1,5 g só: 0..03 g	energia: 260 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 35 g cukor: 2 g só: 0,030,04 g	energia: 280 Kcal fehérje: 4 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 40 g cukor: 1,g só: 1 g	energia: 290 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 30 g cukor: 1.4 g só: 1 g
	Allergének: • 1. 7.	Allergének: • 1. 4. 7.	Allergének: • 1.	Allergének: • 1. 7	Allergének: • 1. 7.
EBÉD	TEJFÖLÖS KARALÁBÉLEVES TARHONYÁSHÚS CSEMEGE UBORKA	CSONTLEVES PARADICSOMOS KÁPOSZTA BAROMFI VAGDALT	GOMBAKRÉMLEVES KENY ÉR KOCKA TEMESVÁRI SERTÉSTOKÁNY PÁROLT RIZS	ZÖLDBORSÓ LEVES CSIRKEPÖRKÖLT TÉSZTA	ZÖLDSÉGES BABLEVES DUPLA CSOKIS MUFFIN
	energia: 940 Kcal fehérje: 20 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 70 g cukor: 2 g só: 1,5 g	energia: 920 Kcal fehérje: 25 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 65 g cukor: 2 g só: 1,2 g	energia: 940 Kcal fehérje: 35 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 60 g cukor: 1,5 g só: 1 g	energia: 930 Kcal fehérje: 30 g zsír / telített zs.: 35 g / g szénhidrát: 50 g cukor: 3 g só: 0,05 g	energia: 945 Kcal fehérje: 25 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 45 g cukor: 3 g só: 0,05 g
	Allergének: • 1. 3. 7.	Allergének: • 1. 3. 9.	Allergének: • 1. 7.	Allergének: • 1. 3. 7. 9.	Allergének: • 1. 3. 6. 7.
UZSONNA	ALMÁS FONOTT	TK ZSEMLE MARGARIN PÁRIZSI PAPRIKA	TÖKMAGVAS KOCKA	TÚRÓRUDI KEKSZ	MANDARIN
	energia: 280 Kcal fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 15 g cukor: g só: 0,02 g	energia: 310 Kcal fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 35 g / g szénhidrát: 25 g cukor: 1,2 g só: 0,03 g	energia: 290 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 25 g / g szénhidrát: 30 g cukor: 1,5 g só: 0.1g	energia: 290 Kcal fehérje: 7 g zsír / telített zs.: 35 g / g szénhidrát: 30 g cukor: 1 g só: 0,02 g	energia: 270 Kcal fehérje: 0,7g zsír / telített zs.: 0,3g / g szénhidrát: 5,7 g cukor: 4,9g só: 0 g
	Allergének: • 1. 3. 7.	Allergének: • 1. 7.	Allergének: • 1. 6.	Allergének: • 1. 7. 12.	Allergének: •

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

47. hét 2026.11.16-11.20 **Barkóczy Utcai Iskolaépület**

ALLERGÉN KÓD:

1-glutén, 2-rák, 3-tojás, 4-hal, 5-földimogyoró, 6-szója, 7-tejtermék, laktóz, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szezám, 12-kéndioxid-szulfid, 13-csillagfürt, 14-puhatestűek, 15-mesterséges édesítőszer, 16-édesgyökér (Nyomokban tartalmazhat!)

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
TÍZÓRAI	TEJ KIFLI	GYÜMÖLCSLÉ ZABKEKSZ	TEJ LEKVÁROS PISKÓTA	KAKAÓ FONOTTKA	GYÜMÖLCSLÉ SAJTOS STANGLI
	energia: 300 Kcal fehérje: 5 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 40 g cukor: 1,4 g só: 0.02 g	energia: 290 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 40 g cukor: 1,5 g só: 0..03 g	energia: 260 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 35 g cukor: 2 g só: 0,030,04 g	energia: 280 Kcal fehérje: 4 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 40 g cukor: 1,g só: 1 g	energia: 290 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 30 g cukor: 1.4 g só: 1 g
	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1.	Allergének: ● 1.	Allergének: ● 1. 3. 7	Allergének: ● 1. 7.
EBÉD	TEJFÖLÖS KARALÁBÉLEVES TARHONYÁSHÚS CSEMEGE UBORKA	CSONTLEVES PARADICSOMOS KÁPOSZTA BAROMFI VAGDALT	GOMBAKRÉMLEVES KENY ÉR KOCKA TEMESVÁRI SERTÉSTOKÁNY PÁROLT RIZS	ZÖLDBORSÓ LEVES CSIRKEPÖRKÖLT TÉSZTA	ZÖLDSÉGES BABLEVES DUPLA CSOKIS MUFFIN
	energia: 940 Kcal fehérje: 20 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 70 g cukor: 2 g só: 1,5 g	energia: 920 Kcal fehérje: 25 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 65 g cukor: 2 g só: 1,2 g	energia: 940 Kcal fehérje: 35 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 60 g cukor: 1,5 g só: 1 g	energia: 930 Kcal fehérje: 30 g zsír / telített zs.: 35 g / g szénhidrát: 50 g cukor: 3 g só: 0,05 g	energia: 945 Kcal fehérje: 25 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 45 g cukor: 3 g só: 0,05 g
	Allergének: ● 1. 3. 7.	Allergének: ● 1. 3. 9.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 3. 7. 9.	Allergének: ● 1. 3. 6. 7.
UZSONNA	ALMÁS FONOTT	TK ZSEMLE MARGARIN PÁRIZSI PAPRIKA	TÖKMAGVAS KOCKA	TÚRÓRUDI KEKSZ	MANDARIN
	energia: 280 Kcal fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 15 g cukor: g só: 0,02 g	energia: 310 Kcal fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 35 g / g szénhidrát: 25 g cukor: 1,2 g só: 0,03 g	energia: 290 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 25 g / g szénhidrát: 30 g cukor: 1,5 g só: 0.1g	energia: 290 Kcal fehérje: 7 g zsír / telített zs.: 35 g / g szénhidrát: 30 g cukor: 1 g só: 0,02 g	energia: 270 Kcal fehérje: 0,7g zsír / telített zs.: 0,3g / g szénhidrát: 5,7 g cukor: 4,9g só: 0 g
	Allergének: ● 1. 3. 7.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 6.	Allergének: ● 1. 7. 12.	Allergének: ●

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

46. hét 2026.11.09-11.13 **Bartók Téri Iskolaépület**

ALLERGÉN KÓD:

1-glutén, 2-rák, 3-tojás, 4-hal, 5-földimogyoró, 6-szója, 7-tejtermék, laktóz, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szezám, 12-kéndioxid-szulfid, 13-csillagfürt, 14-puhatestűek, 15-mesterséges édesítőszer, 16-édesgyökér (Nyomokban tartalmazhat!)

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
TÍZÓRAI	TEJ BRIÓS	GYÜMÖLCSTEA BURGONYÁS POGÁCS	KAKAÓ VAJAS-MÉZES TK KENYÉR	CITROMOS TEA KÖRÖZÖTT TK. KENYÉR PÓRÉHAGYMA	CSIPKETEA KENŐMÁJAS TK. KENYÉR PARADICSOM
	energia: 300 Kcal fehérje: 5 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 40 g cukor: 1,4 g só: 0.02 g	energia: 290 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 40 g cukor: 1,5 g só: 0..03 g	energia: 260 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 35 g cukor: 2 g só: 0,030,04 g	energia: 280 Kcal fehérje: 4 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 40 g cukor: 1,g só: 1 g	energia: 290 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 30 g cukor: 1.4 g só: 1 g
	Allergének: • 1. 3. 7.	Allergének: • 1. 3. 7.	Allergének: • 1. 7.	Allergének: • 1. 7	Allergének: • 1.
EBÉD	MAGYAROS ZÖLDBAB LEVES CSIKÓS TOKÁNY TÉSZTA	ÁRPAGYÖNGY LEVES BURGONYAFŐZELÉK SERTÉS PÖRKÖLT	LIBALEVES LUDASKÁSA CSEMEGEUBORKA	FAHÉJAS ALMA LEVES ZÖLDSÉGES CSIRKE RAGU BULGUR	TEJFÖLÖS SAVANYÚ KÁPOSZTA LEVES NUDLI PORCUKORRAL
	energia: 940 Kcal fehérje: 20 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 70 g cukor: 2 g só: 1,5 g	energia: 920 Kcal fehérje: 25 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 65 g cukor: 2 g só: 1,2 g	energia: 940 Kcal fehérje: 35 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 60 g cukor: 1,5 g só: 1 g	energia: 930 Kcal fehérje: 30 g zsír / telített zs.: 35 g / g szénhidrát: 50 g cukor: 3 g só: 0,05 g	energia: 945 Kcal fehérje: 25 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 45 g cukor: 3 g só: 0,05 g
	Allergének: • 1. 3. 7. 9.	Allergének: • 1. 7. 9.	Allergének: • 1. 3. 9.	Allergének: • 1. 3. 7. 9.	Allergének: • 1. 3. 7.
UZSONNA	KAKAÓS CSIGA	KORPÁS ZSEMLE MARGARIN PÁRIZSI PAPRIKA	JOGOBELLA GYÜMÖLCSÖS JOGHURT	ÁFONYÁS MŰZLI SZELET	BANÁN
	energia: 280 Kcal fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 15 g cukor: g só: 0,02 g	energia: 310 Kcal fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 35 g / g szénhidrát: 25 g cukor: 1,2 g só: 0,03 g	energia: 290 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 25 g / g szénhidrát: 30 g cukor: 1,5 g só: 0.1g	energia: 290 Kcal fehérje: 7 g zsír / telített zs.: 35 g / g szénhidrát: 30 g cukor: 1 g só: 0,02 g	energia: 270 Kcal fehérje: 0,7g zsír / telített zs.: 0,3g / g szénhidrát: 5,7 g cukor: 4,9g só: 0 g
	Allergének: • 1. 3. 7.	Allergének: • 1. 7.	Allergének: • 7.	Allergének: • 7.	Allergének: •

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

46. hét 2026.11.09-11.13 **Barkóczy Utcai Iskolaépület**

ALLERGÉN KÓD:

1-glutén, 2-rák, 3-tojás, 4-hal, 5-földimogyoró, 6-szója, 7-tejtermék, laktóz, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szezám, 12-kéndioxid-szulfid, 13-csillagfürt, 14-puhatestűek, 15-mesterséges édesítőszer, 16-édesgyökér (Nyomokban tartalmazhat!)

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
TÍZÓRAI	TEJ BRIÓS	GYÜMÖLCSLÉ BURGONYÁS POGÁCS	KAKAÓ LEKVÁROS PISKÓTA	TEJ TK. CSOKIS RIZSKORONG	GYÜMÖLCSLÉ MÁKOS BÚRKIFLI
	energia: 300 Kcal fehérje: 5 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 40 g cukor: 1,4 g só: 0.02 g	energia: 290 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 40 g cukor: 1,5 g só: 0..03 g	energia: 260 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 35 g cukor: 2 g só: 0,030,04 g	energia: 280 Kcal fehérje: 4 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 40 g cukor: 1,g só: 1 g	energia: 290 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 30 g cukor: 1.4 g só: 1 g
	Allergének: ● 1. 3. 7.	Allergének: ● 1. 3. 7.	Allergének: ● 1. 3. 7.	Allergének: ● 7	Allergének: ● 1. 3. 6. 7.
EBÉD	MAGYAROS ZÖLDBAB LEVES CSIKÓS TOKÁNY TÉSZTA	ÁRPAGYÖNGY LEVES BURGONYAFŐZELÉK SERTÉS PÖRKÖLT	LIBALEVES LUDASKÁSA CSEMEGEUBORKA	FAHÉJAS ALMA LEVES ZÖLDSÉGES CSIRKE RAGU BULGUR	TEJFÖLÖS SAVANYÚ KÁPOSZTA LEVES NUDLI PORCUKORRAL
	energia: 940 Kcal fehérje: 20 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 70 g cukor: 2 g só: 1,5 g	energia: 920 Kcal fehérje: 25 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 65 g cukor: 2 g só: 1,2 g	energia: 940 Kcal fehérje: 35 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 60 g cukor: 1,5 g só: 1 g	energia: 930 Kcal fehérje: 30 g zsír / telített zs.: 35 g / g szénhidrát: 50 g cukor: 3 g só: 0,05 g	energia: 945 Kcal fehérje: 25 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 45 g cukor: 3 g só: 0,05 g
	Allergének: ● 1. 3. 7. 9.	Allergének: ● 1. 7. 9.	Allergének: ● 1. 3. 9.	Allergének: ● 1. 3. 7. 9.	Allergének: ● 1. 3. 7.
UZSONNA	KAKAÓS CSIGA	KORPÁS ZSEMLE MARGARIN PÁRIZSI PAPRIKA	JOGOBELLA GYÜMÖLCSÖS JOGHURT	ÁFONYÁS MŰZLI SZELET	BANÁN
	energia: 280 Kcal fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 15 g cukor: g só: 0,02 g	energia: 310 Kcal fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 35 g / g szénhidrát: 25 g cukor: 1,2 g só: 0,03 g	energia: 290 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 25 g / g szénhidrát: 30 g cukor: 1,5 g só: 0.1g	energia: 290 Kcal fehérje: 7 g zsír / telített zs.: 35 g / g szénhidrát: 30 g cukor: 1 g só: 0,02 g	energia: 270 Kcal fehérje: 0,7g zsír / telített zs.: 0,3g / g szénhidrát: 5,7 g cukor: 4,9g só: 0 g
	Allergének: ● 1. 3. 7.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 7.	Allergének: ● 7.	Allergének: ●

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

45. hét 2026.11.02-11.06 **Bartók Téri Iskolaépület**

ALLERGÉN KÓD:

1-glutén, 2-rák, 3-tojás, 4-hal, 5-földimogyoró, 6-szója, 7-tejtermék, laktóz, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szezám, 12-kéndioxid-szulfid, 13-csillagfürt, 14-puhatestűek, 15-mesterséges édesítőszer, 16-édesgyökér (Nyomokban tartalmazhat!)

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
TÍZÓRAI	CITROMOS TEA RONGYOSKIFLI	KEFÍR HEVESI RÚD	KAKAÓ KALÁCS	GYÜMÖLCSTEA FŐTT CSÁSZÁRSZALONNA PARADICSOM TK KENYÉR	GYÜMÖLCSJOGHURT KIFLI
	energia: 300 Kcal fehérje: 5 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 40 g cukor: 1,4 g só: 0.02 g	energia: 290 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 40 g cukor: 1,5 g só: 0..03 g	energia: 260 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 35 g cukor: 2 g só: 0,030,04 g	energia: 280 Kcal fehérje: 4 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 40 g cukor: 1,g só: 1 g	energia: 290 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 30 g cukor: 1.4 g só: 1 g
	Allergének: • 1. 3. 6. 7.	Allergének: • 1. 7.	Allergének: • 1. 3. 7.	Allergének: • 1	Allergének: • 1. 7.
EBÉD	GULYÁS LEVES TÚRÓS TÉSZTA	TOJÁSLEVES TÖKFŐZELÉK SERTÉSAPRÓ	SÜTŐTÖKKRÉM LEVES VAJAS SÜLT CSIRKECOMB PÁROLT RIZS	ZÖLDBORSÓ LEVES VADAS CSIRKEAPRÓ TÉSZTA	PARADICSOMLEVES RÁNTOTT HALFILÉ PÁROLT RIZS
	energia: 940 Kcal fehérje: 20 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 70 g cukor: 2 g só: 1,5 g	energia: 920 Kcal fehérje: 25 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 65 g cukor: 2 g só: 1,2 g	energia: 940 Kcal fehérje: 35 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 60 g cukor: 1,5 g só: 1 g	energia: 930 Kcal fehérje: 30 g zsír / telített zs.: 35 g / g szénhidrát: 50 g cukor: 3 g só: 0,05 g	energia: 945 Kcal fehérje: 25 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 45 g cukor: 3 g só: 0,05 g
	Allergének: • 1. 3. 7. 9.	Allergének: • 1. 3. 7. 9.	Allergének: • 1. 3. 7.	Allergének: • 1. 3. 7. 9.	Allergének: • 1. 3.
UZSONNA	TK. ZSEMLE MARGARIN SONKA UBORKA	CSOKIS KONTY	SAJTOS CROISSANT	TÚRÓRUDI KEKSZ	KÖRTE
	energia: 280 Kcal fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 15 g cukor: g só: 0,02 g	energia: 310 Kcal fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 35 g / g szénhidrát: 25 g cukor: 1,2 g só: 0,03 g	energia: 290 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 25 g / g szénhidrát: 30 g cukor: 1,5 g só: 0.1g	energia: 290 Kcal fehérje: 7 g zsír / telített zs.: 35 g / g szénhidrát: 30 g cukor: 1 g só: 0,02 g	energia: 270 Kcal fehérje: 0,7g zsír / telített zs.: 0,3g / g szénhidrát: 5,7 g cukor: 4,9g só: 0 g
	Allergének: • 1. 7.	Allergének: • 1. 6. 7.	Allergének: • 1. 7.	Allergének: • 1. 7. 12.	Allergének: •

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

45. hét 2026.11.02-11.06 **Barkóczy Utcai Iskolaépület**

ALLERGÉN KÓD:

1-glutén, 2-rák, 3-tojás, 4-hal, 5-földimogyoró, 6-szója, 7-tejtermék, laktóz, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szezám, 12-kéndioxid-szulfid, 13-csillagfürt, 14-puhatestűek, 15-mesterséges édesítőszer, 16-édesgyökér (Nyomokban tartalmazhat!)

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
TÍZÓRAI	GYÜMÖLCSLÉ RONGYOSKIFLI	KEFÍR HEVESI RÚD	KAKAÓ KALÁCS	GYÜMÖLCSLÉ MESEKEKSZ	GYÜMÖLCSJOGHURT KIFLI
	energia: 300 Kcal fehérje: 5 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 40 g cukor: 1,4 g só: 0.02 g	energia: 290 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 40 g cukor: 1,5 g só: 0..03 g	energia: 260 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 35 g cukor: 2 g só: 0,030,04 g	energia: 280 Kcal fehérje: 4 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 40 g cukor: 1,g só: 1 g	energia: 290 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 30 g cukor: 1.4 g só: 1 g
	Allergének: ● 1. 3. 6. 7.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 3. 7.	Allergének: ● 1	Allergének: ● 1. 7.
EBÉD	GULYÁS LEVES TÚRÓS TÉSZTA	TOJÁSLEVES TÖKFŐZELÉK SERTÉSAPRÓ	SÜTŐTÖKKRÉM LEVES VAJAS SÜLT CSIRKECOMB PÁROLT RIZS	ZÖLDBORSÓ LEVES VADAS CSIRKEAPRÓ TÉSZTA	PARADICSOMLEVES RÁNTOTT HALFILÉ PÁROLT RIZS
	energia: 940 Kcal fehérje: 20 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 70 g cukor: 2 g só: 1,5 g	energia: 920 Kcal fehérje: 25 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 65 g cukor: 2 g só: 1,2 g	energia: 940 Kcal fehérje: 35 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 60 g cukor: 1,5 g só: 1 g	energia: 930 Kcal fehérje: 30 g zsír / telített zs.: 35 g / g szénhidrát: 50 g cukor: 3 g só: 0,05 g	energia: 945 Kcal fehérje: 25 g zsír / telített zs.: 45 g / g szénhidrát: 45 g cukor: 3 g só: 0,05 g
	Allergének: ● 1. 3. 7. 9.	Allergének: ● 1. 3. 7. 9.	Allergének: ● 1. 3. 7.	Allergének: ● 1. 3. 7. 9.	Allergének: ● 1. 3.
UZSONNA	TK. ZSEMLE MARGARIN SONKA UBORKA	CSOKIS KONTY	SAJTOS CROISSANT	TÚRÓRUDI KEKSZ	KÖRTE
	energia: 280 Kcal fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 40 g / g szénhidrát: 15 g cukor: g só: 0,02 g	energia: 310 Kcal fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 35 g / g szénhidrát: 25 g cukor: 1,2 g só: 0,03 g	energia: 290 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 25 g / g szénhidrát: 30 g cukor: 1,5 g só: 0.1g	energia: 290 Kcal fehérje: 7 g zsír / telített zs.: 35 g / g szénhidrát: 30 g cukor: 1 g só: 0,02 g	energia: 270 Kcal fehérje: 0,7g zsír / telített zs.: 0,3g / g szénhidrát: 5,7 g cukor: 4,9g só: 0 g
	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 6. 7.	Allergének: ● 1. 7.	Allergének: ● 1. 7. 12.	Allergének: ●

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!