

Körmend

Általános iskola

2025. 06. 02.–2025. 06. 06.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

TÍZÓRAI

EBÉD A

EBÉD B

UZSONNA

Gyümölcsstea (12)
Főtt tojás (3)
Margarin
Félbarna kenyér (1)Allergének:
1EN:233
ZS:2,6
SZH:49,4TZS:0,8
CK:24,4FH:3,8
SÓ:0,73Gyümölcsstea (12)
Foszlós kalács (1,3,7)Allergének:
1,3,7EN:244
ZS:3,7
SZH:46,2TZS:1,7
CK:17,7FH:5,5
SÓ:0,07Gyümölcsstea (12)
Körözött (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Kaliforniai paprikaAllergének:
1,7,12EN:207
ZS:2,7
SZH:35,2TZS:1,4
CK:9,1FH:8,5
SÓ:0,78Tea (12)
Párizsi
Margarin
Félbarna kenyér (1)Allergének:
1,3,10,12EN:265
ZS:5,6
SZH:43,9TZS:1,2
CK:18,6FH:6,9
SÓ:0,96Gyümölcsstea (12)
Briós (1,3,7)Allergének:
1,3,7EN:220
ZS:3,6
SZH:43,2TZS:1,6
CK:29,4FH:3,4
SÓ:0,05Brokkolikrémleves (1,7,12)
Levesgyöngy (1)
Pincepörkölt (12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Csalamádé (10,12)Allergének:
1,7,10,12EN:516
ZS:18,6
SZH:59,1TZS:5,6
CK:3,4FH:22,2
SÓ:2,34Zöldborsóleves (1,3,9,12)
Bolognai halragu (4,9)
Orsó tészta (1)
Sajt szórat (7)Allergének:
1,3,4,7,9,12EN:572
ZS:19,8
SZH:70,3TZS:5,7
CK:12,5FH:26,2
SÓ:1,19Hamisgulyás (1,3,9,12)
Aranygaluska (1,3,7)
Vaníliás öntet (7)Allergének:
1,3,7,9,12EN:806
ZS:20,3
SZH:133,1TZS:4,8
CK:52,7FH:19,4
SÓ:0,56Csontleves (1,3,9)
Paradicsomos húsos káposzta (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,3,9EN:511
ZS:24
SZH:46,2TZS:6,6
CK:15,4FH:24,2
SÓ:1,48Gyümölcsleves (1,7,12)
Dubarry sertéskaraj
Petrezselymes rizsAllergének:
1,7,12EN:586
ZS:12,5
SZH:83,7TZS:4,2
CK:25FH:34,2
SÓ:1,63Brokkolikrémleves (1,7,12)
Levesgyöngy (1)
Édes-savanyú csirkecsikók (6,12)
Párolt rizs
C: Rakott krumpli virslivelAllergének:
1,6,7,12EN:523
ZS:12,9
SZH:77,7TZS:2,7
CK:13,8FH:22,7
SÓ:1,46Zöldborsóleves (1,3,9,12)
Zöldséges húsos bulgur (1)
Vitaminsaláta (12)
C: Káposztás kockaAllergének:
1,3,9,12EN:657
ZS:21,6
SZH:84,3TZS:2,7
CK:9,5FH:22,8
SÓ:2,22Hamisgulyás (1,3,9,12)
Túrótöltelikes gombóc (1)
Porcukor szórat
C: Gombapaprikás tarhonyaAllergének:
1,3,9,12EN:685
ZS:9,9
SZH:129,3TZS:1,2
CK:40,2FH:14,1
SÓ:1,36Csontleves (1,3,9)
Parajos penne (1,7)
C: Darafelfújt, karamell öntetAllergének:
1,3,7,9EN:528
ZS:19,8
SZH:63,3TZS:5
CK:6,3FH:22,9
SÓ:1,25Gyümölcsleves (1,7,12)
Reszelt sertésmáj (1)
Tört burgonya (12)
Csemegeuborka (10,12)
C: Kukoricás pizzaAllergének:
1,7,10,12EN:467
ZS:8,5
SZH:67,9TZS:3,2
CK:24,9FH:24,9
SÓ:1,83Vajkrém
Félbarna kenyér (1)
ParadicsomAllergének:
1EN:269
ZS:15,5
SZH:26,7TZS:4,2
CK:0,6FH:4
SÓ:0,65Szalámi
Margarin
Teljes kiőrlésű zsemle (1)
KígyóborkaAllergének:
1EN:217
ZS:7,9
SZH:27,6TZS:2,9
CK:0,4FH:7,5
SÓ:1,24Reszelt sajt (7)
Margarin
Félbarna kenyér (1)
ZöldpaprikaAllergének:
1,7EN:224
ZS:8,1
SZH:27TZS:4,6
CK:0,9FH:9,2
SÓ:1,1Kenőmájás
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Sárgarépa korongAllergének:
1EN:225
ZS:7,9
SZH:29,1TZS:2,8
CK:1,2FH:8
SÓ:1,26Gépsonka
Margarin
Félbarna kenyér (1)
SalátalevélAllergének:
1EN:207
ZS:4,3
SZH:31,2TZS:1,4
CK:1,3FH:9,1
SÓ:1,54

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő 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. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A tápanyagtartalom 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).

Kevesebb hús fogyasztásával
csökkenthetjük környezeti
lábnyomunkat. TUDJ MEG
TÖBBET A HETI EGY
HÚSMENTES EBÉDRŐL!

