

Glutén-, tej-, szójamentesétlap 2026. február 2-6.

Óvoda, általános iskola, speciális szakiskola

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Rizsital En: 104 kcal F:0,9 g Zs: 2,4 g Sz: 19,7 g Sárgabarackdzsem En: 71kcal F: 0,1g Zs: 0,0g Sz: 17,4g Margarin, 25%-os En: 22kcal F: 0,0g Zs: 2,5g Sz: 0,0g Gluténmentes fehérkenyér En: 72 kcal, F:1,5g Zs:0,9g Sz: 14,4g <i>Allergén: -</i>	Gyümölcsstea, cukor nélkül En: 2kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 0,5g Cukor En: 20kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 5,0g Gépsonka, allergénmentes En: 47 kcal F:6,8g Zs: 2,1g Sz: 0,1g Margarin, 25%-os En: 44kcal F: 0,0g Zs: 4,9g Sz: 0,0g Gluténmentes fehérkenyér En: 72 kcal, F:1,5g Zs:0,9g Sz: 14,4g Zöldpaprika En: 8kcal F: 0,5g Zs: 0,1g Sz: 1,2g <i>Allergén: -</i>	Rizsital En: 104 kcal F:0,9 g Zs: 2,4 g Sz: 19,7 g Kukoricapehely En:104 kcal F:0,9 g Zs: 2,4 g Sz: 41,5 g <i>Allergén: -</i>	Gyümölcsstea, cukor nélkül En: 2kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 0,5g Cukor En: 20kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 5,0g Növényi sajt En: 46 kcal F:2,3g Zs: 3,7g Sz: 0,8g Margarin, 25%-os En: 44kcal F: 0,0g Zs: 4,9g Sz: 0,0g Gluténmentes fehérkenyér En: 72 kcal, F:1,5g Zs:0,9g Sz: 14,4g Lilahagyma En: 12kcal F: 0,4g Zs: 0,0g Sz: 2,5g <i>Allergén: -</i>	Gyümölcsstea, cukor nélkül En: 2kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 0,5g Cukor En: 20kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 5,0g Párizsi, allergénmentes En: 43kcal F: 2,4g Zs: 3,6g Sz: 0,0g Margarin, 25%-os En: 44kcal F: 0,0g Zs: 4,9g Sz: 0,0g Gluténmentes fehérkenyér En: 72 kcal, F:1,5g Zs:0,9g Sz: 14,4g Kígyóborka En: 7kcal F: 0,6g Zs: 0,1g Sz: 10g <i>Allergén: -</i>
Uzsonna	Gyümölcsstea, cukor nélkül En: 2kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 0,5g Cukor En: 20kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 5,0g Margarin, 25%-os En: 22kcal F: 0,0g Zs: 2,5g Sz: 0,0g Kifli, gluténmentes En: 148 kcal F:2,0 g Zs: 3,9 g Sz: 26,1 g Fekete retek En: 5kcal F: 0,5g Zs: 0,1g Sz: 0,5g <i>Allergén: -</i>	Gyümölcsstea, cukor nélkül En: 2kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 0,5g Cukor En: 20kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 5,0g Vegán gyümölcsös túrókrém En: 285 kcal, F:3,6g Zs:18,1g Sz: 26,4g Kifli, gluténmentes En: 148 kcal F:2,0 g Zs: 3,9 g Sz: 26,1 g Alma En: 52kcal F: 0,6g Zs: 0,6g Sz: 10,5g <i>Allergén: -</i>	Gyümölcsstea, cukor nélkül En: 2kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 0,5g Cukor En: 20kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 5,0g Kakaós csiga, vegán En: 117 kcal F:2,2 g Zs: 1,7 g Sz: 23,2 g Körte En: 53kcal F: 0,4g Zs: 0,3g Sz: 12,0g <i>Allergén: -</i>	Gyümölcsstea, cukor nélkül En: 2kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 0,5g Cukor En: 20kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 5,0g Vegán pogácsa En: 353 kcal F:7,6g Zs: 20,1g Sz: 35,0g Alma En: 28kcal F: 7,6g Zs: 0,3g Sz: 5,6g <i>Allergén: -</i>	Gyümölcsstea, cukor nélkül En: 2kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 0,5g Cukor En: 20kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 5,0g Pizzás csiga, allergénmentes En: 226 kcal F:1,1 g Zs: 10,7 g Sz: 31,0 g <i>Allergén: -</i>

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

Glutén-, tej-, szójamentes étlap 2026. február 9-13.

Óvoda, általános iskola, speciális szakiskola

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Gyümölcstea, cukor nélkül En: 2kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 0,5g Cukor En: 20kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 5,0g Sonkakrém, tejmentes En: 81kcal F:6,5 g Zs: 5,9g Sz: 0,2g Gluténmentes fehérkenyér En: 72 kcal, F:1,5g Zs:0,9g Sz: 14,4g Zöldhagyma En: 13kcal F: 0,7g Zs: 0,1g Sz: 2,9g <i>Allergén: -</i>	Rizsital En: 104 kcal F:0,9 g Zs: 2,4 g Sz: 19,7 g Pizza szelet, vegán En: 112 kcal F:1,7g Zs: 7,7g Sz: 8,7g <i>Allergén: -</i>	Cukrozott pótkávé, gluténmentes En: 39kcal F: 0,2g Zs: 0,1g Sz: 9,3g Rizsital En: 104 kcal F:0,9 g Zs: 2,4 g Sz: 19,7 g Kifli, gluténmentes En: 148 kcal F:2,0 g Zs: 3,9 g Sz: 26,1 g <i>Allergén: -</i>	Rizsital En: 104 kcal F:0,9 g Zs: 2,4 g Sz: 19,7 g Mézes margarin En: 163kcal F: 0,6g Zs: 11,4g Sz: 14,3g Gluténmentes fehérkenyér En: 72 kcal, F:1,5g Zs:0,9g Sz: 14,4g <i>Allergén: -</i>	Gyümölcstea, cukor nélkül En: 2kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 0,5g Cukor En: 20kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 5,0g Sonkaszalámi, allergénmentes En: 32kcal F: 4,2g Zs: 1,6g Sz: 0,0g Margarin, 25%-os En: 22kcal F: 0,0g Zs: 2,5g Sz: 0,0g Gluténmentes fehérkenyér En: 72 kcal, F:1,5g Zs:0,9g Sz: 14,4g Kaliforniai paprika piros En: 12kcal F: 0,4g Zs: 0,1g Sz: 2,4g <i>Allergén: -</i>
Uzsonna	Gyümölcstea, cukor nélkül En: 2kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 0,5g Cukor En: 20kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 5,0g Téliszalámi, allergénmentes En: 104 kcal F:5,0g Zs: 9,2g Sz: 0,1g Margarin, 25%-os En: 22kcal F: g0,0 Zs: 25g Sz: 0,0g Gluténmentes, vizes zsemle En: 11 kcal F:2,2g Zs: 1,7 g Sz: 23,2 g Zöldpaprika En: 6kcal F: 0,4g Zs: 0,1g Sz: 0,9g <i>Allergén: -</i>	Gyümölcstea, cukor nélkül En: 2kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 0,5g Cukor En: 20kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 5,0g Sertésmájkrém, allergénmentes En: 80 kcal F:4,0g Zs: 6,3g Sz: 1,8g Gluténmentes fehérkenyér En: 72 kcal, F:1,5g Zs:0,9g Sz: 14,4g Kígyóuborka En: 5kcal F: 0,4g Zs: 0,0g Sz: 0,7g <i>Allergén: -</i>	Gyümölcstea, cukor nélkül En: 2kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 0,5g Cukor En: 20kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 5,0g Édes leveles tészta, allergénmentes En: 319 kcal F:15,4 g Zs: 6.7g Sz: 48,7g <i>Allergén: -</i>	Kifli, gluténmentes En: 148 kcal F:2,0 g Zs: 3,9 g Sz: 26,1 g Narancs En: 104kcal F: 1,5g Zs: 0,5g Sz: 21,3g <i>Allergén: -</i>	Gyümölcstea, cukor nélkül En: 2kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 0,5g Cukor En: 20kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 5,0g Pizzás csiga, allergénmentes En: 226 kcal F:1,1 g Zs: 10,7 g Sz: 31,0 g <i>Allergén: -</i>

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

Glutén-, tej-, szójamentes étlap 2026. február 16-20.

Óvoda, általános iskola, speciális szakiskola

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Gyümölcsstea, cukor nélkül En: 2kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 0,5g Cukor En: 20kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 5,0g Párizsi, allergénmentes En: 85 kcal F:4,8 g Zs:7,3 g Sz: 0,1g Margarin, 25%-os En: 44 kcal F: 0g Zs: 4,9g Sz:0g Gluténmentes fehérkenyér En: 72 kcal, F:1,5g Zs:0,9g Sz: 14,4g Jégcsapretek En: 11kcal F: 0,9g Zs: 0,1g Sz: 2,1g Allergén: -	Rizsital En: 104 kcal F:0,9 g Zs: 2,4 g Sz: 19,7 g Eperdzsem En: 47 kcal F:0,1g Zs: 0,0g Sz: 11,6g Margarin, 25%-os En: 22 kcal F:0,0 g Zs: 2,5g Sz: 0,0g Gluténmentes fehérkenyér En: 72 kcal, F:1,5g Zs:0,9g Sz: 14,4g Allergén: -	Rizsital En: 104 kcal F:0,9 g Zs: 2,4 g Sz: 19,7 g Kukoricapehely En:104 kcal F:0,9 g Zs: 2,4 g Sz: 41,5 g Allergén: -	Gyümölcsstea, cukor nélkül En: 2kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 0,5g Cukor En: 20kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 5,0g Pizza szelet, vegán En: 112 kcal F:1,7g Zs: 7,7g Sz: 8,7g Allergén: -	Gyümölcsstea, cukor nélkül En: 2kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 0,5g Cukor En: 20kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 5,0g Sós perec, tej- és gluténmentes En: 374kcal F:10,6 g Zs: 9,5g Sz: 61,1g Allergén: -
Uzsonna	Gyümölcsstea, cukor nélkül En: 2kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 0,5g Cukor En: 20kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 5,0g Vegán túrókrém En: 285 kcal, F:3,6g Zs:18,1g Sz: 26,4g Kifli, gluténmentes En: 148 kcal F:2,0 g Zs: 3,9 g Sz: 26,1 g Alma En: 52kcal F: 0,6g Zs:0,6 g Sz: 10,5g Allergén: -	Gyümölcsstea, cukor nélkül En: 2kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 0,5g Cukor En: 20kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 5,0g Édes leveles tészta, allergénmentes En: 319 kcal F:15,4 g Zs: 6.7g Sz: 48,7g Allergén: -	Gyümölcsstea, cukor nélkül En: 2kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 0,5g Cukor En: 20kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 5,0g Gépsonka, allergénmentes En: 47kcal F: 6,8g Zs: 2,1g Sz: 0,1g Margarin, 25%-os En: 22kcal F:0 g Zs:2,5 g Sz: 0g Gluténmentes, vizes zsemle En: 11 kcal F:2,2g Zs: 1,7 g Sz: 23,2 g Kígyóuborka En: 7kcal F: 0,6g Zs:0,1 g Sz: 1,0g Allergén: -	Gyümölcsstea, cukor nélkül En: 2kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 0,5g Cukor En: 20kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 5,0g Tonhalkrém, tejmentes En: 107kcal F: 7,2g Zs:8,4 g Sz: 0,3g Gluténmentes fehérkenyér En: 72 kcal, F:1,5g Zs:0,9g Sz: 14,4g Allergén: -	Gyümölcsstea, cukor nélkül En: 2kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 0,5g Cukor En: 20kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 5,0g Olasz felvágott, allergénmentes En: 33kcal F: 1,4g Zs: 3,1g Sz: 0,0g Margarin, 25%-os En: 22kcal F:0 g Zs:2,5 g Sz: 0g Gluténmentes, vizes zsemle En: 11 kcal F:2,2g Zs: 1,7 g Sz: 23,2 g Zöldpaprika En: 4kcal F: 0,2g Zs: 0,1g Sz: 0,6g Allergén: -

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

Glutén-, tej-, szójamentes étlap 2026. február 23-27.

Óvoda, általános iskola, speciális szakiskola

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Rizsital En: 104 kcal F:0,9 g Zs: 2,4 g Sz: 19,7 g Kifli, gluténmentes En: 148 kcal F:2,0 g Zs: 3,9 g Sz: 26,1 g	Kakaós rizsital En: 97kcal F: 5,3g Zs: 0,8g Sz:17,1 g Kalács, allergénmentes En: 202 kcal F:5,9g Zs: 5,3g Sz: 32,4g	Rizsital En: 104 kcal F:0,9 g Zs: 2,4 g Sz: 19,7 g Mézes margarin En: 98 kcal F:0,4g Zs: 6,8g Sz: 8,6g Gluténmentes fehérkenyér En: 72 kcal, F:1,5g Zs:0,9g Sz: 14,4g	Gyümölcstea, cukor nélkül En: 2kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 0,5g Cukor En: 20kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 5,0g Párizsi, allergénmentes En: 43 kcal F:2,4g Zs: 3,6g Sz: 0,0g Margarin, 25%-os En: 22kcal F:0 g Zs:2,5 g Sz: 0g Gluténmentes fehérkenyér En: 72 kcal, F:1,5g Zs:0,9g Sz: 14,4g	Gyümölcstea, cukor nélkül En: 2kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 0,5g Cukor En: 20kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 5,0g Sertésmájkrém, allergénmentes En: 80 kcal F:4,0g Zs: 6,3g Sz: 1,8g Gluténmentes fehérkenyér En: 72 kcal, F:1,5g Zs:0,9g Sz: 14,4g Jégcsapretek En: 8 kcal F:0,7g Zs: 0,1g Sz: 1,6g
	Allergén: -	Allergén: -	Allergén: -	Allergén: -	Allergén: -
Uzsonna	Gyümölcstea, cukor nélkül En: 2kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 0,5g Cukor En: 20kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 5,0g Édes croissant, vegán En: 264 kcal F:3,7 g Zs: 15,4g Sz: 27,4g	Gyümölcstea, cukor nélkül En: 2kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 0,5g Cukor En: 20kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 5,0g Téliszalámi, allergénmentes En: 104 kcal F:5,0g Zs: 9,2g Sz: 0,1g Margarin, 25%-os En: 22kcal F:0 g Zs:2,5 g Sz: 0g Gluténmentes fehérkenyér En: 72 kcal, F:1,5g Zs:0,9g Sz: 14,4g Jégcsapretek En:4 kcal F: 0,3g Zs: 0,0g Sz: 0,8g	Gyümölcstea, cukor nélkül En: 2kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 0,5g Cukor En: 20kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 5,0g Fahéjas csiga, allergénmentes En: 221kcal F: 6,7g Zs: 7,1g Sz: 32,5g	Gyümölcstea, cukor nélkül En: 2kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 0,5g Cukor En: 20kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 5,0g Édes leveles tészta, allergénmentes En: 319 kcal F:15,4 g Zs: 6.7g Sz: 48,7g	Gyümölcstea, cukor nélkül En: 2kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 0,5g Cukor En: 20kcal F: 0,0g Zs: 0,0g Sz: 5,0g Sonkaszalámi, allergénmentes En: 32kcal F: 4,2g Zs: 1,6g Sz: 0,0g Margarin, 25%-os En: 22kcal F:0 g Zs:2,5 g Sz: 0g Kifli, gluténmentes En: 148 kcal F:2,0 g Zs: 3,9 g Sz: 26,1 g Alma En: 52kcal F: 0,6g Zs: 0,6g Sz: 10,5g
	Allergén: -	Allergén: -	Allergén: -	Allergén: -	Allergén: -

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!