

Glutén-, tej-, szójabentes étlap 2026. március 2-6.

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 Vegyes extra dzsem En: 25kcal F: 0,5g Zs: 0,0g Sz: 5,5g Margarin 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 Növényi sajt En: 46 kcal F:2,3g Zs: 3,7g Sz: 0,8g Margarin 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 <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 <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 Sonka, allergénmentes En: 64kcal F: 8,5g Zs: 3,3g Sz: 0,1g Margarin En:22kcal F: 0,0g Zs: 2,5g Sz: 0,0g Gluténmentes, vizes zsemle En: 11 kcal F:2,2 g Zs: 1,7 g Sz: 23,2 g Zöldpaprika En: 6kcal F: 0,4g Zs: 0,1g Sz: 0,9g <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 túrókrém En: 285 kcal, F:3,6g Zs:18,1g Sz: Gluténmentes fehérkenyér En: 72 kcal, F:1,5g Zs:0,9g Sz: 14,4g Kaliforniai paprika piros En: 19kcal F: 0,6g Zs: 0,2g Sz: 3,6g <i>Allergén: -</i>
	Növényi sajt En: 46 kcal F:2,3g Zs: 3,7g Sz: 0,8g Kifli, gluténmentes En: 148 kcal F:2,0 g Zs: 3,9 g Sz: 26,1 g Jégcsapretek En: 7kcal F: 0,6g Zs: 0,1g Sz: 1,3g <i>Allergén: -</i>	Májkrém, 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 Zöldpaprika En: 12kcal F: 0,7g Zs: 0,2g Sz: 1,8g <i>Allergén: -</i>	Szalámi, allergénmentes En: 156kcal F: 7,5g Zs: 13,8g Sz: 0,1g Margarin 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 Jégcsapretek En: 8kcal F: 0,7g Zs: 0,1g Sz: 1,6g <i>Allergén: -</i>	Pizzás csiga, allergénmentes En: 226kcal F: 1,1g Zs: 10,7g Sz: 31,0g <i>Allergén: -</i>	Párizsi, allergénmentes En: 43kcal F: 2,4g Zs: 3,6g Sz: 0,0g Margarin En:22kcal F: 0,0g Zs: 2,5g Sz: 0,0g Gluténmentes, vizes zsemle En: 11 kcal F:2,2 g Zs: 1,7 g Sz: 23,2 g Alma En: 52kcal F: 0,6g Zs: 0,6g Sz: 10,5g <i>Allergén: -</i>

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

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

Óvoda, általános iskola, speciális szakiskola

-	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Kakaós rizsital En: 97kcal F: 5,3g Zs: 0,8g Sz:17,1 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 Kukoricapehely En:104 kcal F:0,9 g Zs: 2,4 g Sz: 41,5 g <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 Tepertőkrém En: 217kcal F: 4,1g Zs: 21,7g Sz: 1,1g Gluténmentes fehérkenyér En: 72 kcal, F:1,5g Zs:0,9g Sz: 14,4g Lilahagyma En: 16kcal F: 0,5g Zs: 0,0g Sz: 3,3g <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 Vegán túrókrém En: 285 kcal, F:3,6g Zs:18,1g Sz: 26,4g 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 Sonka, allergénmentes En: 64kcal F: 8,5g Zs: 3,3g Sz: 0,1g Margarin 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 Jégcsapretek En: 8kcal F: 0,7g Zs: 0,1g Sz: 1,6g <i>Allergén: -</i>
	Gépsonka En: 31kcal F: 4,5g Zs: 1,4g Sz: 0,1g Margarin 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 Kígyóuborka En: 7kcal F: 0,6g Zs: 0,1g Sz: 1,0g <i>Allergén: -</i>	Sós croissant, vegán En: 264 kcal F:3,7 g Zs: 15,4g Sz: 27,4g Banán En: 94kcal F: 1,2g Zs: 0,1g Sz: 21,8g <i>Allergén: -</i>	Csemege kolbász, felvágott En: 62kcal F: 3,1g Zs: 5,4g Sz: 0,0g Margarin 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 Zöldpaprika En: 8kcal F: 0,5g Zs: 0,1g Sz: 1,2g <i>Allergén: -</i>	Sós perec, tej- és gluténmentes En: 374kcal F:10,6 g Zs: 9,5g Sz: 61,1g Alma En: 28kcal F: 0,3g Zs: 0,3g Sz: 5,6g <i>Allergén: -</i>	Kakaós csiga, vegán En: 117 kcal F:2,2 g Zs: 1,7 g Sz: 23,2 g Narancs En: 83kcal F: 1,2g Zs: 0,4g Sz: 17,0g <i>Allergén: -</i>

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

Glutén-, tej-, szójamentes étlap 2026. március 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 Sertészsír En: 90kcal F: 0,0g Zs: 10,0g Sz: 0,0g Gluténmentes fehérkenyér En: 72 kcal, F:1,5g Zs:0,9g Sz: 14,4g Póréhagyma En: 11kcal F: 0,7g Zs: 0,1g Sz: 1,9g <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 Mézes margarin En: 65kcal F: 0,2g Zs: 4,6g Sz: 5,7g Gluténmentes fehérkenyér En: 72 kcal, F:1,5g Zs:0,9g Sz: 14,4g <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 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 Retek En: 3kcal F: 0,2g Zs: 0,0g Sz: 0,4g <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 Vegán gyümölcsös túrókrém En: 285 kcal, F:3,6g Zs:18,1g Sz: 26,4g Gluténmentes fehérkenyér En: 72 kcal, F:1,5g Zs:0,9g Sz: 14,4g Zöldpaprika En: 12kcal F: 0,7g Zs: 0,2g Sz: 1,8g <i>Allergén: -</i>
	Olasz felvágott En:100kcal F: 4,1g Zs: 9,2g Sz: 0,1g Margarin En:22kcal F: 0,0g Zs: 2,5g Sz: 0,0g Gluténmentes, vizes zsemle En: 111 kcal F:2,2 g Zs: 1,7 g Sz: 23,2 g Kígyóuborka En:5kcal F: 0,4g Zs: 0,0g Sz: 0,7g <i>Allergén: -</i>	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 Zöldpaprika En:12kcal F: 0,7g Zs: 0,2g Sz: 1,8g <i>Allergén: -</i>	Kifli, gluténmentes En: 148 kcal F:2,0 g Zs: 3,9 g Sz: 26,1 g Alma En: 28kcal F: 0,3g Zs: 0,3g Sz: 5,6g <i>Allergén: -</i>	Tavaszi felvágott En:37kcal F: 2,1g Zs: 2,9g Sz: 0,5g Margarin En:22kcal F: 0,0g Zs: 2,5g Sz: 0,0g Gluténmentes, vizes zsemle En: 111 kcal F:2,2g Zs: 1,7 g Sz: 23,2 g Kígyóuborka En:5kcal F: 0,4g Zs: 0,0g Sz: 0,7g <i>Allergén: -</i>	Édes leveles tészta, allergénmentes En: 319 kcal F:15,4 g Zs: 6.7g Sz: 48,7g Körte En: 79kcal F: 0,6g Zs: 0,5g Sz: 18,0g <i>Allergén: -</i>

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

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

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 Májkrém, allergénmentes En: 107kcal F: 5,4g Zs: 8,4g Sz: 2,4g Gluténmentes fehérkenyér En: 72 kcal, F:1,5g Zs:0,9g Sz: 14,4g Retek En: 3kcal F: 0,2g Zs: 0,0g Sz: 0,4g <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 Szalámi, allergénmentes En:104kcal F: 5,0g Zs: 9,2g Sz: 0,1g Margarin 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 Zöldpaprika En:10kcal F: 0,6g Zs: 0,2g Sz: 1,5g <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 Főtt virsli, allergénmentes En:139kcal F: 7,5g Zs: 12,0g Sz: 0,1g Gluténmentes fehérkenyér En: 72 kcal, F:1,5g Zs:0,9g Sz: 14,4g Zöldpaprika En:10kcal F: 0,6g Zs: 0,2g Sz: 1,5g <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 pogácsa En: 353 kcal F:7,6g Zs: 20,1g Sz: 35,0g <i>Allergén: -</i>
Uzsonna	Kakaós csiga, vegán En: 117 kcal F:2,2 g Zs: 1,7 g Sz: 23,2 g Narancs En: 83kcal F: 1,2g Zs: 0,4g Sz: 17,0g <i>Allergén: -</i>	Kifli, gluténmentes En: 148 kcal F:2,0 g Zs: 3,9 g Sz: 26,1 g Alma En: 70kcal F: 0,8g Zs: 0,8g Sz: 14,0g <i>Allergén: -</i>	Kókuszgurt almás-fahéjas En: 138 kcal F:6,7g Zs: 0,5g Sz: 25,9g Kifli, gluténmentes En: 148 kcal F:2,0 g Zs: 3,9 g Sz: 26,1 g <i>Allergén: -</i>	Sonka, allergénmentes En: 48 kcal F:6,4g Zs: 2,5g Sz: 0,1g Margarin En:22kcal F: 0,0g Zs: 2,5g Sz: 0,0g Gluténmentes, vizes zsemle En: 111 kcal F:2,2g Zs: 1,7 g Sz: 23,2 g Póréhagyma En:15kcal F: 0,9g Zs: 0,1g Sz: 2,5g <i>Allergén: -</i>	Farsangi fánk,paleo En: 201kcal F: 3,8g Zs: 9,8g Sz: 24,1g Alma En: 28kcal F: 0,3g Zs: 0,3g Sz: 5,6g <i>Allergén: -</i>

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!