Speciális szakiskola étlap 2026. november 2-6.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Gyümölcstea, cukor nélkül Cukor Zsír Fehérkenyér Lilahagyma	Tej Csokigolyó	Gyümölcstea, cukor nélkül Cukor Ízes levél	Gyümölcstea, cukor nélkül Cukor Tejfölös túró Bakonyi teljes kiőrlésű kenyér Hagyma	Gyümölcstea, cukor nélkül Cukor Sertés májkrém Bakonyi teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika
	energia: 323 Kcal fehérje: 5 g zsír / telített zs.: 20 g / 7,5 g szénhidrát: 30 g cukor: 8 g só: 0,8 g	energia: 328 Kcal fehérje: 11 g zsír / telített zs.: 9 g / 4,2 g szénhidrát: 51 g cukor: 30 g só: 1,2 g	energia: 268 Kcal fehérje: 3 g zsír / telített zs.: 13 g / 3,5 g szénhidrát: 34 g cukor: 21 g só: 0,5 g	energia: 180 Kcal fehérje: 9 g zsír / telített zs.: 4 g / 2,3 g szénhidrát: 26 g cukor: 9 g só: 0,6 g	energia: 269 Kcal fehérje: 10 g zsír / telített zs.: 7 g / 2,2 g szénhidrát: 41 g cukor: 8 g só: 1,3 g
	Allergének: glutén Feltételezhető: tejtermék, laktóz; csillagfürt; szója	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető:	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürt; kéndioxid, szulfit; szója; tojás	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürt; szója	Allergének: glutén Feltételezhető: mustár; szója; tejtermék, laktóz; csillagfürt
Ebéd	Kapros karalábéleves Alföldi paprikásburgonya Fehérkenyér Csemege uborka	Brokkoli krémleves Levesgyöngy Szezámos csirkecomb Rizibizi	Tarhonyaleves Sült virsli Zöldborsófőzelék Fehérkenyér	Csontleves zöldségekkel, tésztával Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonya	Palócleves Mákos tészta
	energia: 776 Kcal fehérje: 28 g zsír / telített zs.: 36 g / 10,8 g szénhidrát: 84 g cukor: 12 g só: 11 g	energia: 670 Kcal fehérje: 32 g zsír / telített zs.: 31 g / 10,6 g szénhidrát: 64 g cukor: 8 g só: 2,3 g	energia: 814 Kcal fehérje: 38 g zsír / telített zs.: 42 g / 13,4 g szénhidrát: 70 g cukor: 18 g só: 4,5 g	energia: 795 Kcal fehérje: 43 g zsír / telített zs.: 18 g / 4,7 g szénhidrát: 112 g cukor: 23 g só: 4,2 g	energia: 726 Kcal fehérje: 25 g zsír / telített zs.: 31 g / 8,2 g szénhidrát: 86 g cukor: 20 g só: 1,3 g
	Allergének: mustár; glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürt; szója	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz; tojás, szezámmag Feltételezhető: csillagfürt	Allergének: glutén; tojás; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürt; szója; mustár	Allergének: zeller; glutén; tojás Feltételezhető: csillagfürt	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz; tojás Feltételezhető: csillagfürt
Uzsonna	Kakaós csiga	Sajtos pogácsa Alma	Szendvicsvaj Rozskenyér Zöldpaprika	Felvágott Margarin, 25%-os Zsemle Kígyóuborka	Szalámi Margarin, 25%-os Fehérkenyér Alma
	energia: 304 Kcal fehérje: 9 g zsír / telített zs.: 4 g / 1,6 g szénhidrát: 56 g cukor: 18 g só: 0,3 g	energia: 427 Kcal fehérje: 13 g zsír / telített zs.: 19 g / 6,9 g szénhidrát: 51 g cukor: 11 g só: 1,2 g	energia: 294 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 15 g / 6,8 g szénhidrát: 33 g cukor: 3 g só: 0,7 g	energia: 371 Kcal fehérje: 21 g zsír / telített zs.: 9 g / 2,5 g szénhidrát: 51 g cukor: 1 g só: 2 g	energia: 409 Kcal fehérje: 15 g zsír / telített zs.: 24 g / 8,5 g szénhidrát: 32 g cukor: 10 g só: 2,8 g
	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz; tojás Feltételezhető:	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz; tojás Feltételezhető:	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürt; szója	Allergének: glutén Feltételezhető: szója; tejtermék, laktóz	Allergének: glutén Feltételezhető: szója; tejtermék, laktóz; csillagfürt

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

Speciális szakiskola étlap 2026. november 9-13.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Gyümölcstea, cukor nélkül Cukor Lekvár Margarin, 25%-os Fehérkenyér	Kefir Kifli	Gyümölcstea, cukor nélkül Cukor Párizsi Margarin, 25%-os Fehérkenyér Kígyóuborka	Tejben zabpehely Fahéj	Gyümölcstea, cukor nélkül Cukor Olasz felvágott Margarin, 25%-os Rozskenyér, teljes kiőrlésű Jégcsapretek
	energia: 329 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 5 g / 1,5 g szénhidrát: 63 g cukor: 33 g só: 1,5 g	energia: 223 Kcal fehérje: 10 g zsír / telített zs.: 6 g / 3 g szénhidrát: 31 g cukor: 7 g só: 1,1 g	energia: 321 Kcal fehérje: 12 g zsír / telített zs.: 13 g / 4,3 g szénhidrát: 39 g cukor: 8 g só: 2,4 g	energia: 457 Kcal fehérje: 18 g zsír / telített zs.: 8 g / 2,9 g szénhidrát: 78 g cukor: 32 g só: 0,7 g	energia: 199 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 9 g / 3 g szénhidrát: 24 g cukor: 7 g só: 1,4 g
	Allergének: glutén Feltételezhető: kéndioxid, szulfit; csillagfürt; szója; tejtermék, laktóz	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető:	Allergének: glutén Feltételezhető: mustár; szója; tejtermék, laktóz; csillagfürt	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető:	Allergének: glutén Feltételezhető: szója; tejtermék, laktóz; csillagfürt
Ebéd	Tojásleves Vagdalt Burgonyafőzelék	Csontleves májgombóccal Sült hús Párolt káposzta Burgonya	Tárkonyos csirkeraguleves Darás tészta baracklekvárral	Lebbencsleves Sertéspörkölt Kelkáposzta főzelék Fehérkenyér	Kolbászos lencseleves Aranygaluska Vaníliasodó
	energia: 862 Kcal fehérje: 24 g zsír / telített zs.: 56 g / 16,7 g szénhidrát: 64 g cukor: 5 g só: 4,3 g	energia: 855 Kcal fehérje: 38 g zsír / telített zs.: 36 g / 7,8 g szénhidrát: 93 g cukor: 18 g só: 5 g	energia: 625 Kcal fehérje: 28 g zsír / telített zs.: 13 g / 2 g szénhidrát: 97 g cukor: 22 g só: 1,6 g	energia: 647 Kcal fehérje: 26 g zsír / telített zs.: 30 g / 7 g szénhidrát: 66 g cukor: 7 g só: 2,1 g	energia: 773 Kcal fehérje: 27 g zsír / telített zs.: 30 g / 8,5 g szénhidrát: 98 g cukor: 35 g só: 1 g
	Allergének: glutén; tojás; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürt	Allergének: glutén; zeller; tojás; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürt	Allergének: zeller; glutén; tojás Feltételezhető: csillagfürt; kéndioxid, szulfit	Allergének: glutén; tojás Feltételezhető: csillagfürt; szója; tejtermék, laktóz	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz; tojás; mustár; diófélék Feltételezhető: kéndioxid, szulfit
Uzsonna	Halkrém Citrom Rozskenyér, teljes kiőrlésű	Ízes levél	Tépett hús Zsemle Zöldpaprika	Túró Rudi Alma	Sajtos pogácsa Körte
	energia: 178 Kcal fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 4 g / 0,9 g szénhidrát: 27 g cukor: 2 g só: 0,8 g	energia: 246 Kcal fehérje: 3 g zsír / telített zs.: 13 g / 3,5 g szénhidrát: 29 g cukor: 15 g só: 0,5 g	energia: 409 Kcal fehérje: 28 g zsír / telített zs.: 19 g / 5,6 g szénhidrát: 30 g cukor: 2 g só: 1,9 g	energia: 234 Kcal fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 8 g / 4,4 g szénhidrát: 31 g cukor: 29 g só: 0,1 g	energia: 455 Kcal fehérje: 13 g zsír / telített zs.: 18 g / 6,9 g szénhidrát: 59 g cukor: 18 g só: 1,2 g
	Allergének: glutén; hal Feltételezhető: csillagfürt; szója; tejtermék, laktóz	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürt; kéndioxid, szulfit; szója; tojás	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: tejtermék, laktóz Feltételezhető: diófélék; földimogyoró; glutén; szója	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz; tojás Feltételezhető:

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

Speciális szakiskola étlap 2026. november 16-20.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Gyümölcstea, cukor nélkül Cukor Tojáskrém Fehérkenyér Zöldpaprika	Tej Méz Fehérkenyér	Tejbendara Fahéj	Gyümölcstea, cukor nélkül Cukor Körözött Fehér kenyér Lilahagyma	Tej Mogyorókrém Fehérkenyér
	energia: 387 Kcal fehérje: 16 g zsír / telített zs.: 16 g / 4,2 g szénhidrát: 43 g cukor: 10 g só: 2,5 g	energia: 385 Kcal fehérje: 13 g zsír / telített zs.: 13 g / 4,3 g szénhidrát: 54 g cukor: 24 g só: 1,7 g	energia: 383 Kcal fehérje: 13 g zsír / telített zs.: 4 g / 2,2 g szénhidrát: 73 g cukor: 29 g só: 0,5 g	energia: 299 Kcal fehérje: 24 g zsír / telített zs.: 1 g / 0,4 g szénhidrát: 48 g cukor: 15 g só: 1,3 g	energia: 337 Kcal fehérje: 12 g zsír / telített zs.: 9 g / 2,6 g szénhidrát: 51 g cukor: 21 g só: 1,7 g
	Allergének: glutén; mustár; tojás Feltételezhető: csillagfürt; szója; tejtermék, laktóz; kéndioxid, szulfit	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürt; szója	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürt; szója	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz; diófélék; földimogyoró; szója Feltételezhető: csillagfürt
Ebéd	Karfiolleves Sült apróhús Tökfőzelék Fehérkenyér	Bableves Burgonyás tészta Savanyú káposzta	Burgonya krémleves Rakott káposzta Fehérkenyér	Csontleves daragaluskával Eszterházy csirkeragu Spagetti	Gulyásleves Káposztás tészta
	energia: 612 Kcal fehérje: 37 g zsír / telített zs.: 27 g / 6,2 g szénhidrát: 55 g cukor: 9 g só: 3,2 g	energia: 721 Kcal fehérje: 28 g zsír / telített zs.: 18 g / 3,8 g szénhidrát: 112 g cukor: 5 g só: 3 g	energia: 814 Kcal fehérje: 25 g zsír / telített zs.: 43 g / 14 g szénhidrát: 83 g cukor: 7 g só: 5 g	energia: 711 Kcal fehérje: 34 g zsír / telített zs.: 27 g / 4,8 g szénhidrát: 81 g cukor: 4 g só: 4,1 g	energia: 659 Kcal fehérje: 22 g zsír / telített zs.: 24 g / 5,5 g szénhidrát: 88 g cukor: 10 g só: 1,7 g
	Allergének: glutén; zeller; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürt; szója	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz; tojás Feltételezhető: kéndioxid, szulfit; csillagfürt	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürt; szója; zeller; kéndioxid, szulfit	Allergének: glutén; zeller; tojás; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürt	Allergének: zeller; glutén; tojás Feltételezhető: csillagfürt
Uzsonna	Kockasajt Kifli	Gépsonka Margarin, 25%-os Bakonyi teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka	Müzli szelet Alma	Pogácsa Körte	Szalámi Margarin, 25%-os Rozskenyér, teljes kiőrlésű Jégcsapretek
	energia: 348 Kcal fehérje: 19 g zsír / telített zs.: 7 g / 3,1 g szénhidrát: 52 g cukor: 3 g só: 1,7 g	energia: 234 Kcal fehérje: 11 g zsír / telített zs.: 7 g / 1,9 g szénhidrát: 32 g cukor: 3 g só: 1,2 g	energia: 206 Kcal fehérje: 3 g zsír / telített zs.: 6 g / 2,4 g szénhidrát: 34 g cukor: 17 g só: 0,2 g	energia: 302 Kcal fehérje: 7 g zsír / telített zs.: 11 g / 3 g szénhidrát: 42 g cukor: 13 g só: 0,8 g	energia: 422 Kcal fehérje: 16 g zsír / telített zs.: 24 g / 8,9 g szénhidrát: 35 g cukor: 3 g só: 2,7 g
	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: glutén Feltételezhető: szója; tejtermék, laktóz; csillagfürt	Allergének: glutén; kéndioxid, szulfit; szója; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürt; diófélék; földimogyoró; szezám	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz; tojás Feltételezhető:	Allergének: glutén Feltételezhető: csillagfürt; szója; tejtermék, laktóz

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

Speciális szakiskola étlap 2026. november 23-27.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Gyümölcstea, cukor nélkül Cukor Lekvár Margarin, 25%-os Fehérkenyér	Tejben zabpehely Kakaópor	Gyümölcstea, cukor nélkül Cukor Szalámi Margarin, 25%-os Bakonyi teljes kiőrlésű kenyér Kaliforniai paprika	Gyümölcstea, cukor nélkül Cukor Sertés májkrém Zsemle Kígyóuborka	Gyümölcstea, cukor nélkül Cukor Húskrém Korpás zsemle, teljes kiőrlésű Zöldpaprika
	energia: 394 Kcal fehérje: 13 g zsír / telített zs.: 8 g / 3,1 g szénhidrát: 66 g cukor: 36 g só: 1,8 g	energia: 336 Kcal fehérje: 14 g zsír / telített zs.: 8 g / 3,5 g szénhidrát: 51 g cukor: 25 g só: 0,4 g	energia: 441 Kcal fehérje: 16 g zsír / telített zs.: 24 g / 8,5 g szénhidrát: 39 g cukor: 8 g só: 2,7 g	energia: 393 Kcal fehérje: 17 g zsír / telített zs.: 10 g / 3 g szénhidrát: 58 g cukor: 7 g só: 2 g	energia: 361 Kcal fehérje: 18 g zsír / telített zs.: 6 g / 1,3 g szénhidrát: 59 g cukor: 7 g só: 1,8 g
	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: kéndioxid, szulfit; csillagfürt; szója	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető:	Allergének: glutén Feltételezhető: szója; tejtermék, laktóz; csillagfürt	Allergének: glutén Feltételezhető: mustár; szója; tejtermék, laktóz	Allergének: glutén Feltételezhető: tejtermék, laktóz
Ebéd	Magyaros burgonyaleves Csirkepörkölt Lencsefőzelék Fehérkenyér	Paradicsomleves Bakonyi sertésragu Galuska	Húsleves gazdagon Tojáslepény Parajfőzelék	Korhelyleves Sajtos-tejfölös tészta	Frankfurti leves Fahéjas kalács
	energia: 665 Kcal fehérje: 38 g zsír / telített zs.: 21 g / 4,1 g szénhidrát: 80 g cukor: 9 g só: 1,6 g	energia: 1005 Kcal fehérje: 34 g zsír / telített zs.: 58 g / 18,1 g szénhidrát: 86 g cukor: 11 g só: 6,8 g	energia: 665 Kcal fehérje: 31 g zsír / telített zs.: 30 g / 7,9 g szénhidrát: 67 g cukor: 9 g só: 1,9 g	energia: 669 Kcal fehérje: 27 g zsír / telített zs.: 31 g / 11,1 g szénhidrát: 70 g cukor: 3 g só: 2,2 g	energia: 705 Kcal fehérje: 24 g zsír / telített zs.: 29 g / 9,4 g szénhidrát: 85 g cukor: 23 g só: 2,1 g
	Allergének: glutén; mustár; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürt; szója; kéndioxid, szulfit	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz; tojás; zeller Feltételezhető:	Allergének: tejtermék, laktóz; tojás; zeller; glutén Feltételezhető:	Allergének: glutén; tojás; tejtermék, laktóz; zeller Feltételezhető: csillagfürt	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz; tojás Feltételezhető: mustár; szója
Uzsonna	Sajtos stangli	Lekváros linzer Körte	Vajkrém Fehérkenyér Jégcsapretek	Párizsi Margarin, 25%-os Bakonyi teljes kiőrlésű kenyér	Kolbász Margarin, 25%-os Fehérkenyér Kígyóuborka
	energia: 367 Kcal fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 23 g / 11,3 g szénhidrát: 31 g cukor: 1 g só: 0,7 g	energia: 206 Kcal fehérje: 2 g zsír / telített zs.: 7 g / 1,9 g szénhidrát: 33 g cukor: 20 g só: 0,1 g	energia: 248 Kcal fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 9 g / 4,1 g szénhidrát: 35 g cukor: 3 g só: 1,3 g	energia: 291 Kcal fehérje: 11 g zsír / telített zs.: 13 g / 4,2 g szénhidrát: 33 g cukor: 3 g só: 1,9 g	energia: 337 Kcal fehérje: 13 g zsír / telített zs.: 16 g / 5,5 g szénhidrát: 34 g cukor: 2 g só: 2,7 g
	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz; tojás Feltételezhető:	Allergének: glutén; tojás Feltételezhető: kéndioxid, szulfit; tejtermék, laktóz	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürt; szója	Allergének: glutén Feltételezhető: mustár; szója; tejtermék, laktóz; csillagfürt	Allergének: glutén Feltételezhető: szója; tejtermék, laktóz; csillagfürt

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!