



Dr. Somogyi Imre Baptista Iskola



Heti étlap 2026.02.23. - 2026.02.27.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(05676) Ét.Somogyi Imre Ált. Iskola Alsós	Tízórai	Tk. kenyér[1, (3,5,6,7,8,9,10,11,12)], Margarin (7), Trappista sajt [7], Zöldpaprika, Gyümölcs tea kf.	Tk. zsemle[1, (3,5,6,7,8,9,10,11,12)], Snidlinges vajkrém[7], Kígyóborka, Vaníliás tej[7]	Tk. kenyér[1, (3,5,6,7,8,9,10,11,12)], Margarin (7), Baromfi párizsi (7), Gyümölcs tea kf.	Tk. kenyér[1, (3,5,6,7,8,9,10,11,12)], Házi húskrém[10,(7,12)], Jégcsapretek, Tejeskávé[1,7]	Kenyér[1,7, (3,5,6,8,9,10,11,12)], Lilahagymás tojáskrém[3,10, (7,12)], Gyümölcs tea kf.
		Energia: 327.10 Kcal / 1,367.28 Kj	Energia: 395.19 Kcal / 1,651.89 Kj	Energia: 261.56 Kcal / 1,093.32 Kj	Energia: 323.70 Kcal / 1,353.07 Kj	Energia: 249.43 Kcal / 1,042.62 Kj
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		13.87 g12.48 g7.01 g	12.64 g13.25 g6.15 g	8.50 g8.06 g3.00 g	17.81 g7.55 g3.26 g	7.55 g5.59 g1.42 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		37.98 g8.99 g1.28 g	53.10 g11.99 g1.18 g	37.08 g8.99 g1.12 g	44.68 g9.99 g1.47 g	41.18 g8.99 g1.25 g
	Ebéd	Lebbencsleves[1,9,12], Zöldborsófőzelék [1,7], Dínó szelet [1,(3,6,7,9,11)]	Fahéjas szilvaleves [1,7], Tarhonyáshús[1], Cékla[15]	Vajas galuskaleves[1,3,6,9, (7)], Húsgombóc[3], Paradicsom mártás[1,9], Főtt burgonya [12]	Francia hagymaleves kenyérkockával[1,6,7, (3,5,8,9,10,11,12)], Rántott csirkemell sütőben[1,3], Petr. rizs , Csalamádé[12]	Gulyásleves [1,3,12], Szilvalekváros derelye fahéjas szórattal[1,3,7,(8)], Gyümölcs, Tk. kenyér[1, (3,5,6,7,8,9,10,11,12)]
		Energia: 622.99 Kcal / 2,604.10 Kj	Energia: 684.49 Kcal / 2,861.17 Kj	Energia: 693.31 Kcal / 2,898.04 Kj	Energia: 667.88 Kcal / 2,791.74 Kj	Energia: 748.88 Kcal / 3,130.32 Kj
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		22.79 g26.48 g4.05 g	25.45 g26.95 g8.18 g	23.33 g25.91 g6.75 g	33.85 g15.92 g2.61 g	24.98 g10.05 g2.73 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		70.94 g6.61 g2.46 g	81.12 g14.99 g2.17 g	89.97 g11.99 g3.14 g	96.31 g0.00 g3.54 g	129.50 g17.48 g3.30 g
	Uzsonna	Croissant /sós/[1,3,7, (5,6,8,9,11)]	Almás párna [1,3,7, (5,6,8,9,11,12)]	R. zsemle[1, (3,5,6,7,8,9,10,11,12)], Gyümölcsjoghurt[7]	Bécsi fánk[1,3,7,(5,8)]	Sajtos roló*[1,7, (3,5,6,8,9,10,11,12)]
		Energia: 228.60 Kcal / 955.55 Kj	Energia: 179.50 Kcal / 750.31 Kj	Energia: 205.00 Kcal / 856.90 Kj	Energia: 239.85 Kcal / 1,002.57 Kj	Energia: 169.20 Kcal / 707.26 Kj
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		3.90 g11.40 g6.00 g	2.35 g9.50 g5.00 g	6.45 g4.22 g2.08 g	4.37 g8.77 g3.28 g	6.30 g10.35 g5.40 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		27.60 g3.30 g0.60 g	20.50 g5.50 g0.26 g	34.43 g8.50 g0.87 g	35.23 g15.16 g0.62 g	13.05 g0.00 g0.90 g



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(05677) Ét.Somogyi Imre Középiskola	Ebéd	Lebbencsleves[1,9,12], Zöldborsófőzelék [1,7], Dlnó szelet [1,(3,6,7,9,11)]	Fahéjas szilvaleves [1,7], Tarhonyáshús[1], Cékla[15]	Vajas galuskaleves[1,3,6,9, (7)], Húsgombóc[3], Paradicsom mártás[1,9], Főtt burgonya [12]	Francia hagymaleves kenyérkockával[1,6,7, (3,5,8,9,10,11,12)], Rántott csirkemell sütőben[1,3], Petr. rizs , Csalamádé(12)	Gulyásleves[1,3,12], Szilvalekváros derelye fahéjas szórattal[1,3,7,(8)], Gyümölcs, Tk. kenyér[1, (3,5,6,7,8,9,10,11,12)]
		Energia: 710.31 Kcal / 2,969.10 KJ	Energia: 819.68 Kcal / 3,426.26 KJ	Energia: 710.59 Kcal / 2,970.27 KJ	Energia: 798.18 Kcal / 3,336.39 KJ	Energia: 810.46 Kcal / 3,387.72 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		25.73 g30.06 g4.56 g	30.70 g32.68 g10.08 g	23.75 g26.82 g6.93 g	41.02 g20.72 g3.31 g	29.24 g11.92 g3.28 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
(05678) Ét.Somogyi Imre Ált. Iskola	Ebéd	Lebbencsleves[1,9,12], Zöldborsófőzelék [1,7], Dlnó szelet [1,(3,6,7,9,11)]	Fahéjas szilvaleves [1,7], Tarhonyáshús[1], Cékla[15]	Vajas galuskaleves[1,3,6,9, (7)], Húsgombóc[3], Paradicsom mártás[1,9], Főtt burgonya [12]	Francia hagymaleves kenyérkockával[1,6,7, (3,5,8,9,10,11,12)], Rántott csirkemell sütőben[1,3], Petr. rizs , Csalamádé(12)	Gulyásleves[1,3,12], Szilvalekváros derelye fahéjas szórattal[1,3,7,(8)], Gyümölcs, Tk. kenyér[1, (3,5,6,7,8,9,10,11,12)]
		Energia: 710.31 Kcal / 2,969.10 KJ	Energia: 819.68 Kcal / 3,426.26 KJ	Energia: 710.59 Kcal / 2,970.27 KJ	Energia: 798.18 Kcal / 3,336.39 KJ	Energia: 810.46 Kcal / 3,387.72 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		25.73 g30.06 g4.56 g	30.70 g32.68 g10.08 g	23.75 g26.82 g6.93 g	41.02 g20.72 g3.31 g	29.24 g11.92 g3.28 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó

Nyomokban moggyorót, dióféléket szezámmagot tartalmazhat.
Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!

