



Általános Iskola - Ebéd

13. hét

2026.03.23. - 2026.03.28.

ESTD.2011



DrSÉF Kft.

Gluténmentes, tejszentes, tojásmentes ételek
www.drsef.hu

Ebéd

Hétfő 2026.03.23.	Kedd 2026.03.24.	Szerda 2026.03.25.	Csütörtök 2026.03.26.	Péntek 2026.03.27.	Szombat 2026.03.28.
Magyaros zöldborsóleves, Esterházy sertésragu, párolt köles	Hamis gulyásleves, Bolognai spagetti növényi sajttal (sertés)	Hideg őszibarackleves, Natúr csirkemell, kakukkfűves burgonya, Káposzta saláta	Palócleves sertéshússal, Zöldborsófőzelék, Stefánia sertésvagdalt sertésmájjal, Alma IV.	Vadas leves daragaluskával, Rakott brokkoli (csirke), Narancs	
mustár (Esterházy sertésragu)				mustár (Vadas leves daragaluskával)	
Energia (kcal) 763 Fehérje (g) 34 Zsír (g) 34 Ebből telített zsírsav (g) 5,5 Szénhidrát (g) 74 Ebből cukor (g) 5 Só (NaCl) (g) 1	Energia (kcal) 712 Fehérje (g) 22 Zsír (g) 35 Ebből telített zsírsav (g) 11,1 Szénhidrát (g) 79 Ebből cukor (g) 4,6 Só (NaCl) (g) 1,4	Energia (kcal) 722 Fehérje (g) 33 Zsír (g) 12 Ebből telített zsírsav (g) 2,4 Szénhidrát (g) 113 Ebből cukor (g) 20,5 Só (NaCl) (g) 1,8	Energia (kcal) 714 Fehérje (g) 30 Zsír (g) 33 Ebből telített zsírsav (g) 7,1 Szénhidrát (g) 70 Ebből cukor (g) 12 Só (NaCl) (g) 0,9	Energia (kcal) 701 Fehérje (g) 32 Zsír (g) 28 Ebből telített zsírsav (g) 7,5 Szénhidrát (g) 88 Ebből cukor (g) 4,9 Só (NaCl) (g) 2,5	