



Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
-------	------	--------	-----------	--------

## Tízórai - A

## Zabkása kakaó szórattal

Tápanyag	En: 260,5 kcal Zs: 4,9 g
jellemzők	Tz: 2,1 g Fe: 10,1 g
	Sz: 43,2 g Cu: 27,1 g
	So: 0,5 g Hs: 0,2 g
Allergének	szója, glutén, tejszór

## Tea

En: 39,7 kcal Zs: 0,0 g
Tz: - Fe: 0,1 g
Sz: 9,3 g Cu: 8,9 g
So: - Hs: -
szulfitok

## Kakaó

En: 129,6 kcal Zs: 3,3 g
Tz: 2,1 g Fe: 6,6 g
Sz: 18,2 g Cu: 18,0 g
So: 0,3 g Hs: -
tejszór, szója

## Zölpestós vajkrém.

En: 48,8 kcal Zs: 4,4 g
Tz: 2,6 g Fe: 1,4 g
Sz: 0,8 g Cu: 0,5 g
So: 0,3 g Hs: -
tejszór, mustár

## Briós

En: 165,0 kcal Zs: 3,5 g
Tz: 1,4 g Fe: 4,5 g
Sz: 28,5 g Cu: 5,0 g
So: 0,3 g Hs: -
diófélék, glutén, szezám, szója, szulfitok, tejszór, tojás

## Zöldpaprika.

En: - Zs: -
Tz: - Fe: -
Sz: - Cu: -
So: - Hs: -

## Parasztkenyér

En: 134,5 kcal Zs: 0,6 g
Tz: 0,1 g Fe: 4,2 g
Sz: 27,5 g Cu: 0,8 g
So: 0,8 g Hs: -
diófélék, glutén, szezám, szója, szulfitok, tejszór, tojás

## Ebéd - A

## Daragaluska leves

Tápanyag	En: 91,5 kcal Zs: 4,2 g
jellemzők	Tz: 1,2 g Fe: 2,3 g
	Sz: 9,3 g Cu: 1,4 g
	So: 0,6 g Hs: 0,1 g
Allergének	mustár, glutén, tojás, zeller, szója, szulfitok, tejszór

## Palóc leves

En: 311,8 kcal Zs: 20,8 g
Tz: 2,8 g Fe: 12,2 g
Sz: 14,8 g Cu: 2,9 g
So: 0,9 g Hs: 0,6 g
mustár, tejszór, glutén, szója, szulfitok, tojás, zeller

## Csontleves cérnametéllel

En: 153,7 kcal Zs: 7,1 g
Tz: 0,3 g Fe: 5,3 g
Sz: 9,3 g Cu: 0,6 g
So: 0,3 g Hs: 0,1 g
zeller, glutén, tojás, mustár, szója, szulfitok, tejszór

## SZÜNET

En: - Zs: -
Tz: - Fe: -
Sz: - Cu: -
So: - Hs: -

## ÜNNEPNAP

En: - Zs: -
Tz: - Fe: -
Sz: - Cu: -
So: - Hs: -

## Majorannás burgonyafőzelék.

Tápanyag	En: 285,4 kcal Zs: 12,5 g
jellemzők	Tz: 3,1 g Fe: 5,3 g
	Sz: 33,8 g Cu: 0,5 g
	So: 0,1 g Hs: 0,1 g
Allergének	mustár, glutén, tejszór

## Mákos metélt

En: 474,9 kcal Zs: 13,3 g
Tz: 1,6 g Fe: 12,1 g
Sz: 73,4 g Cu: 19,1 g
So: 0,2 g Hs: 0,2 g
diófélék, földimogyoró, glutén, mustár, szezám, szója, szulfitok, tejszór, tojás

## Kínai édes-savanyú csirkemell

En: 221,9 kcal Zs: 7,7 g
Tz: 0,9 g Fe: 23,1 g
Sz: 12,1 g Cu: 7,2 g
So: 0,6 g Hs: 0,1 g
mustár, glutén, szezám, szója, tejszór, tojás, zeller



	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Ebéd - A</b>					
	<b>Sertés aprópecsenye</b>	<b>Alma</b>	<b>Párolt rizs</b>		
Tápanyag jellemzők	En: 183,8 kcal Zs: 10,1 g Tz: 0,4 g Fe: 18,4 g Sz: 2,7 g Cu: 0,4 g So: 0,5 g Hs: 0,1 g	En: 62,0 kcal Zs: 0,8 g Tz: - Fe: 0,8 g Sz: 14,0 g Cu: - So: 0,0 g Hs: -	En: 330,2 kcal Zs: 5,0 g Tz: 0,5 g Fe: 6,0 g Sz: 62,3 g Cu: - So: 0,3 g Hs: 0,3 g		
Allergének	mustár, glutén, szója, tejszíne, tojás, zeller				
	<b>Graham kenyér tk</b>				
Tápanyag jellemzők	En: 125,5 kcal Zs: 0,7 g Tz: 0,2 g Fe: 5,5 g Sz: 24,5 g Cu: - So: 0,8 g Hs: -				
Allergének	diófélék, glutén, szezámmag, szója, szulfitek, tejszíne, tojás				
<b>Uzsonna - A</b>					
	<b>Sajtkrém aszalt paradicsommal</b>	<b>Tavaszi felvágott</b>	<b>Házi körözött</b>		
Tápanyag jellemzők	En: 57,9 kcal Zs: 3,3 g Tz: 0,8 g Fe: 3,5 g Sz: 3,1 g Cu: 1,5 g So: 0,3 g Hs: -	En: 33,8 kcal Zs: 2,6 g Tz: 1,0 g Fe: 2,0 g Sz: 0,6 g Cu: 0,2 g So: 0,4 g Hs: -	En: 51,2 kcal Zs: 3,4 g Tz: 2,2 g Fe: 3,6 g Sz: 1,4 g Cu: 0,8 g So: 0,0 g Hs: -		
Allergének	diófélék, földimogyoró, szulfitek, tejszíne, glutén, szezámmag	tejszíne	mustár, tejszíne		
	<b>Kígyóuborka</b>	<b>Vajízú light margarin</b>	<b>Zöldpaprika.</b>		
Tápanyag jellemzők	En: 3,6 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,2 g Sz: 0,5 g Cu: - So: - Hs: -	En: 28,8 kcal Zs: 3,2 g Tz: 0,9 g Fe: - Sz: - Cu: - So: 0,1 g Hs: -	En: - Zs: - Tz: - Fe: - Sz: - Cu: - So: - Hs: -		
Allergének					
	<b>Graham spitz tk.</b>	<b>Sörretek</b>	<b>Tönköly spitz tk.</b>		
Tápanyag jellemzők	En: 129,5 kcal Zs: 0,8 g Tz: 0,2 g Fe: 4,5 g Sz: 25,0 g Cu: - So: 0,6 g Hs: -	En: 3,4 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,3 g Sz: 0,5 g Cu: - So: 0,0 g Hs: -	En: 129,5 kcal Zs: 0,8 g Tz: 0,2 g Fe: 4,5 g Sz: 25,1 g Cu: - So: 0,6 g Hs: -		
Allergének	diófélék, glutén, szezámmag, szója, szulfitek, tejszíne, tojás		diófélék, glutén, szezámmag, szója, szulfitek, tejszíne, tojás		
	<b>Graham zsemle tk.</b>				
Tápanyag jellemzők	En: 129,5 kcal Zs: 0,8 g Tz: 0,2 g Fe: 4,5 g Sz: 25,0 g Cu: 0,1 g So: 0,6 g Hs: -				
Allergének	diófélék, glutén, szezámmag, szója, szulfitek, tejszíne, tojás				



**Veszprémi Érseki Főiskola**

8200 Veszprém

Jutasi út 18/2.

# ÉTLAP

**2026. 18. hét (2026.04.27. - 2026.05.03.)**

**Padányi Ált. Isk. alsó**

**Korcsoport: 7 - 10 év**

*IKR-Élelmezési program [V: 4.3.0.3] © Info-Set Kft.*

2026.04.21. 7:34

3. / 3. oldal

**Hétfő**

**Kedd**

**Szerda**

**Csütörtök**

**Péntek**

Jelmagyarázat: En - Energia, Fe - Fehérje, Zs - Zsír, Sz - Szénhidrát, Cu - Cukor, Tz - Telített zsírsav, So - Összes só, Hs - Hozzáadott só

Ebéd rendelés és lemondás a tárgy napot megelőző napon 10 óráig lehetséges.

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk!

37/2014(IV.30) EMMI rendelet alapján a tápanyagértékek 1 adagra értendők!

-----  
intézményvezető

-----  
élelmezés vezető

-----  
vezető szakács