Jakkel és Társa Kft
3564 Hernádnémeti
Rákóczi 140

Étlap (Iskola 7-14)

2026.11.23 - 2026.11.29.

Az étlapváltozatás jogát fenntartjuk !
LafiSoft program Copyryght (c) 1998 -2022

	Hétfõ 2026.11.23	Kedd 2026.11.24.	Szerda 2026.11.25.	Csütörtök 2026.11.26.	Péntek 2026.11.27.
Tízórai	**Tea** **Zsemle** (01,06,) **Margarin** **Pulyka mell sonka** E:1 129(Kj) 270(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 44(g) Zsir: 5(g)Cuk: 12(g)Só:1,42(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 0(mg)	**Tej 1,5%** (07,) **Teljes kiörlésu kenyér** (01,06,) **Vajkrém magyaros** (07,) E:1 230(Kj) 294(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 33(g) Zsir: 10(g)Cuk: 13(g)Só:1,78(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 234(mg)	**Tea** **Kenyér** (01,06,) **Margarin** **Felvágott sajtos párizsi** (06,07,) E:1 269(Kj) 304(KCal) F: 9(g)Kol: 23(g)Sz: 45(g) Zsir: 10(g)Cuk: 12(g)Só:1,06(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 0(mg)	**Tej 1,5%** (07,) **Kakaós kalács** (01,03,07,06,) **Margarin** E:1 177(Kj) 282(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 34(g) Zsir: 11(g)Cuk: 13(g)Só:0,42(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 228(mg)	**Tej 1,5%** (07,) **Teljes kiörlésu kenyér** (01,06,) **Margarin** **Felvágott zala** (06,) E:1 470(Kj) 352(KCal) F: 12(g)Kol: 0(g)Sz: 32(g) Zsir: 15(g)Cuk: 13(g)Só:1,18(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 228(mg)
Ebéd	**Hagymakrémleves** (07,09,01,) **Leves gyöngy** (01,07,03,) **Zöldborsós csirkepörkölt** (01,09,) **Tészta köret** (01,03,) **Cékla saláta** E:2 756(Kj) 659(KCal) F: 27(g)Kol: 24(g)Sz: 68(g) Zsir: 29(g)Cuk: 2(g)Só:2,32(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 33(mg)	**Grízgaluska leves** (09,03,01,) **Rakott karfiol besamel mártással** (07,09,01,08,) **Teljes kiörlésu kenyér** (01,06,) E:3 157(Kj) 755(KCal) F: 29(g)Kol: 37(g)Sz: 76(g) Zsir: 33(g)Cuk: 4(g)Só:1,81(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 0(mg)	**Tejfölös zöldbableves** (09,07,01,) **Brassói aprópecsenye** (09,) **Burgonya köret** **Csemegeuborka** (10,) **Kenyér** (01,06,) E:3 149(Kj) 753(KCal) F: 28(g)Kol: 54(g)Sz: 83(g) Zsir: 33(g)Cuk: 2(g)Só:3,19(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 33(mg)	**Magyaros zellerleves** (09,01,03,) **Székelykáposzta** (09,01,07,) **Kenyér** (01,06,) E:3 875(Kj) 927(KCal) F: 30(g)Kol: 50(g)Sz: 94(g) Zsir: 45(g)Cuk: 16(g)Só:4,33(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 33(mg)	**Tárkonyos gombaleves** (09,07,01,03,) **Rántott hal 10dkg** (01,03,04,) **Zöldséges rizs** (09,) **Tartármártás** (07,10,03,) E:3 268(Kj) 782(KCal) F: 30(g)Kol: 0(g)Sz:106(g) Zsir: 36(g)Cuk: 2(g)Só:2,18(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 52(mg)
Uzsonna	**Kakaó** (07,) **Briós** (01,03,07,06,) E:1 264(Kj) 302(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 48(g) Zsir: 7(g)Cuk: 24(g)Só:0,31(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 228(mg)	**Kifli** (01,07,) **Sonkás kocka sajt** (07,) E: 790(Kj) 189(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 30(g) Zsir: 4(g)Cuk: 3(g)Só:1,32(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 10(mg)	**Tej 1,5%** (07,) **Burgonyás pogácsa** (03,01,) E:1 291(Kj) 309(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 40(g) Zsir: 10(g)Cuk: 15(g)Só:1,10(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 228(mg)	**Teljes kiörlésu zsemle** (01,) **Sajtkrém** (07,) **Zöldpaprika** E: 696(Kj) 166(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 25(g) Zsir: 5(g)Cuk: 1(g)Só:0,81(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 100(mg)	**Puding** (07,) **Banán** E:1 116(Kj) 267(KCal) F: 3(g)Kol: 0(g)Sz: 54(g) Zsir: 4(g)Cuk: 23(g)Só:0,15(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 5(mg)

2026.11.27.

01=Gluténtartalmú gabonafélék,03=Tojás,04=Halak,05=Földimogyoró,06=Szójabab,07=Tej,08=Diófélék,09=Zeller,10=Mustár,11=Szezámmag,12=Kén-dioxid,13=Csillagfürt,14=Puhatestüek,

Élelmezésvezetõ