

ÉTLAP

HUNGAST
Kétféle meg!

Budapest Kamaraerdő

Általános iskola alsó tagozat

2026. 02. 02. – 2026. 02. 06.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

Tel (7)

Dzsungel gabonapehely (1,6)

Gyümölcs tea
Sajtkrém (7)

Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Kaliforniai paprika

Kakásos tej (7)

Briós (1,3,7)

Tel (7)

Csicsenboros krém (3,7,10)

Félsáma kenyér (1)

Gyümölcs tea
Majonézos tojáskrém (3,10)

Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Kilyóborfika

TÍZÓRAI

Allergének:

1,6,7

EN240

ZS:3,9

SZH:4,1

TZS:2,1

CK:2,1

FH:9,7

SÓ:0,82

EN209

ZS:2,4

SZH:3,3

TZS:1,1

CK:3,2

FH:7,4

SÓ:1

Allergének:

1,7

EN333

ZS:7,7

SZH:5,8

TZS:4

CK:3,2

FH:10,1

SÓ:0,67

Allergének:

1,3,7

EN271

ZS:6,2

SZH:4,0

TZS:3

CK:10,3

FH:12,8

SÓ:1,05

Allergének:

1,3,7,10

EN231

ZS:5,7

SZH:34,9

TZS:1,2

CK:8,8

FH:6,6

SÓ:1,01

Allergének:

1,3,10

Brokkolikrémleves (1,7,12)

Leves gyöngy (1,3,7)

Paprikás burgonya gazdagon (1,3,12)

Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Cékla savanyúság (10)

Allergének:

1,3,7,10,12

Köményleves (1)

Pirított kenyékhéka (1)

Barackos csirkemell (7)

Mexikói rizs

Allergének:

1,7

Kertészleves (1,12)

Balkonyi pulkacaru (1,7)

Teljes kiőrlésű orsószalma (1)

Allergének:

1,7,12

Csontleves (1,3,9,12)

Sertésvagdalt (1,3)

Lencsefőzelék (1,7,10)

Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Mandarin

Allergének:

1,3,7,9,10,12

Magyaros zöldborsleves (1,3)

Mákos guba (1,7)

Vaníliás öntet (7)

Allergének:

1,3,7

EN734

ZS:4,2

SZH:6,7

TZS:16,7

CK:7,6

FH:22,8

SÓ:4,9

EN551

ZS:17,9

SZH:63,3

TZS:4,8

CK:9,7

FH:33,4

SÓ:0,98

EN511

ZS:17,7

SZH:54,8

TZS:4,5

CK:5,4

FH:29

SÓ:0,84

EN740

ZS:2,9

SZH:80,2

TZS:8,1

CK:15,5

FH:33,6

SÓ:2,48

EN300

ZS:21,4

SZH:124,4

TZS:7,7

CK:63,2

FH:23,7

SÓ:1,87

EBÉD B

Allergének:

1,3,7,12

EN560

ZS:23,9

SZH:58,6

TZS:8

CK:3,5

FH:19,1

SÓ:0,82

EN559

ZS:20,5

SZH:56,5

TZS:4,2

CK:8

FH:29,4

SÓ:1,74

Köményleves (1)

Pirított kenyékhéka (1)

Csirkeparókák (1)

Lencsefőzelék (1,7,10)

Allergének:

1,7,10

Kertészleves (1,12)

Panírozott halad (1,4)

Rizsbiz

Tartaromszall (3,7,10)

Allergének:

1,3,4,7,10,12

Csontleves (1,3,9,12)

Tartaromszall (1)

Családide (10,12)

Allergének:

1,3,9,10,12

Magyaros zöldborsleves (1,3)

Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Fahéjas porccukor

Allergének:

1,3,7

Brokkolikrémleves (1,7,12)

Leves gyöngy (1,3,7)

Csikós sertéscsont (1,7)

Budai (1)

Allergének:

1,3,7,12

Köményleves (1)

Pirított kenyékhéka (1)

Csirkeparókák (1)

Lencsefőzelék (1,7,10)

Allergének:

1,7,10

Kertészleves (1,12)

Panírozott halad (1,4)

Rizsbiz

Tartaromszall (3,7,10)

Allergének:

1,3,4,7,10,12

Csontleves (1,3,9,12)

Tartaromszall (1)

Családide (10,12)

Allergének:

1,3,9,10,12

Magyaros zöldborsleves (1,3)

Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Fahéjas porccukor

Allergének:

1,3,7

Brokkolikrémleves (1,7,12)

Leves gyöngy (1,3,7)

Csikós sertéscsont (1,7)

Budai (1)

Allergének:

1,3,7,12

Köményleves (1)

Pirított kenyékhéka (1)

Csirkeparókák (1)

Lencsefőzelék (1,7,10)

Allergének:

1,7,10

Kertészleves (1,12)

Panírozott halad (1,4)

Rizsbiz

Tartaromszall (3,7,10)

Allergének:

1,3,4,7,10,12

Csontleves (1,3,9,12)

Tartaromszall (1)

Családide (10,12)

Allergének:

1,3,9,10,12

Magyaros zöldborsleves (1,3)

Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Fahéjas porccukor

Allergének:

1,3,7

Brokkolikrémleves (1,7,12)

Leves gyöngy (1,3,7)

Csikós sertéscsont (1,7)

Budai (1)

Allergének:

1,3,7,12

Köményleves (1)

Pirított kenyékhéka (1)

Csirkeparókák (1)

Lencsefőzelék (1,7,10)

Allergének:

1,7,10

Kertészleves (1,12)

Panírozott halad (1,4)

Rizsbiz

Tartaromszall (3,7,10)

Allergének:

1,3,4,7,10,12

Csontleves (1,3,9,12)

Tartaromszall (1)

Családide (10,12)

Allergének:

1,3,9,10,12

Magyaros zöldborsleves (1,3)

Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Fahéjas porccukor

Allergének:

1,3,7

Brokkolikrémleves (1,7,12)

Leves gyöngy (1,3,7)

Csikós sertéscsont (1,7)

Budai (1)

Allergének:

1,3,7,12

Köményleves (1)

Pirított kenyékhéka (1)

Csirkeparókák (1)

Lencsefőzelék (1,7,10)

Allergének:

1,7,10

Kertészleves (1,12)

Panírozott halad (1,4)

Rizsbiz

Tartaromszall (3,7,10)

Allergének:

1,3,4,7,10,12

Csontleves (1,3,9,12)

Tartaromszall (1)

Családide (10,12)

Allergének:

1,3,9,10,12

Magyaros zöldborsleves (1,3)

2026.02.09.-2026.02.13.

Péntek

Gyümölcs tea
Körözött (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Zöldpaprika

Allergénok:
3,7

· Részelt résztales (1,3,9,12)

Zöldborsófőzelék (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:

EN:446	T25:2,5	FH:22,5
ZS:9,2	CK:14,5	SÖ:1,43
SZH:59,4		

Reszelt tézstaleves (1,3,9,12)
Rántott sajt (1,7)
Petrezselymes burgonya (12)

Allergének:

EN:613	775:6,8	FM:19,5
ZS:25,3		
SZH:73,2	CK:9,1	50:2,1

Piros gyümölcsös joghurt (7)
Tejjes kiórlésű kifli (1)

Allergének:

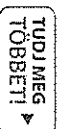
EN:221	TZ:0,8	FH:8
ZS:2,3	CK:15,3	
SZH:38,2		SO:0,73

A HUSMENTES NAP
Kommunikációs Program a
Magyar



2026. 02. 16.-2026. 02. 20.

péntek

[illegible]

A HUSMENTES NAP

**Természeledők
Szövetsége**

2026.02.23.-2026.02.27.

péntek

[illegible]