Heti étlap 2026.11.02. - 2026.11.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	**(00484) Gyermek (11-14 év)3x**	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Korpás zsemle-[1], Sonkaszalámi -(1,6,7), Delma margarin(1,7), Jégsaláta -	Gyümölcs tea , Delma margarin(1,7), Magvas zsemle-[1,3,7,(8,11)], Sajt /trappista/-[7,(1)], Kápia paprika	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Padlizsánkrém /11-14év/ [3,7,10,(1)], Magvas zsemle-[1,3,7,(8,11)]	Gyümölcs tea , Sajtkrém [7,(1)], Korpás zsemle-[1], TV paprika kg -	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Zala felvágott-(1,6,7), Magvas zsemle-[1,3,7,(8,11)], Delma margarin(1,7), Paradicsom -
		Energia: 238,33 Kcal / 996,22 Kj	Energia: 352,65 Kcal / 1 474,08 Kj	Energia: 329,86 Kcal / 1 378,81 Kj	Energia: 307,98 Kcal / 1 287,36 Kj	Energia: 349,26 Kcal / 1 459,91 Kj
		Fehérje 11,71 g; Zsír 5,63 g; T.Zsírsav 3,06 g; Szénhidrát 31,74 g; Cukor 0,34 g; Só 0,65 g	Fehérje 11,62 g; Zsír 11,56 g; T.Zsírsav 5,27 g; Szénhidrát 49,54 g; Cukor 27,08 g; Só 0,54 g	Fehérje 13,04 g; Zsír 8,10 g; T.Zsírsav 2,95 g; Szénhidrát 46,20 g; Cukor 2,55 g; Só 1,03 g	Fehérje 8,33 g; Zsír 1,39 g; T.Zsírsav 1,70 g; Szénhidrát 61,72 g; Cukor 25,79 g; Só 0,77 g	Fehérje 15,76 g; Zsír 10,61 g; T.Zsírsav 4,37 g; Szénhidrát 43,38 g; Cukor 2,57 g; Só 0,81 g
Ebéd	**(00484) Gyermek (11-14 év)3x**	Magyaros z.bableves mir/11-14é[1,3,9], Burgonya főzelék/11-14év/[1,7], Főtt tojás/11-14év/[3], Sült virsli/11-14év/(1,6,7,10), Félbarna kenyér -[1,(6,7)], Alma-	Gyümölcsleves mir./11-14év/[1,7,(6,8,12)], Gyros csirkemellből , Párolt rizsköret/11-14év-, Piskóta szel./FRUTTO/28gVEGY ES	Tárkonyos zöldség leves [1,7,9], Csirkepörkölt/comb/11-14év/, Tésztaköret DURUM/11-14év/[1], Banán -	Tejf.karfiollev.mir./11-14év[1,3,7,9], Burgonyapüré /11-14év/-[7,(1)], Pan.halrud sütőb./11-14év/[1,3,4], Gyüm.lé almalé 100% szűrt 1 l	Hamis gulyásl./mir./11-14év/[1,3,9], Stefánia vagdalt [1,3,(6,7)], Tarkabab főzelék 11-14év [1,7,(3,6,10,11)], Félbarna kenyér -[1,(6,7)], Alma-
		Energia: 988,26 Kcal / 4 130,93 Kj	Energia: 858,21 Kcal / 3 587,32 Kj	Energia: 824,09 Kcal / 3 444,70 Kj	Energia: 830,24 Kcal / 3 470,40 Kj	Energia: 973,45 Kcal / 4 069,02 Kj
		Fehérje 32,48 g; Zsír 47,65 g; T.Zsírsav 13,50 g; Szénhidrát 97,81 g; Cukor 8,84 g; Só 4,13 g	Fehérje 40,18 g; Zsír 24,08 g; T.Zsírsav 6,19 g; Szénhidrát 124,06 g; Cukor 18,10 g; Só 2,94 g	Fehérje 39,14 g; Zsír 26,37 g; T.Zsírsav 4,70 g; Szénhidrát 109,17 g; Cukor 38,21 g; Só 2,77 g	Fehérje 28,31 g; Zsír 31,69 g; T.Zsírsav 5,84 g; Szénhidrát 104,08 g; Cukor 28,92 g; Só 3,36 g	Fehérje 44,02 g; Zsír 29,27 g; T.Zsírsav 7,27 g; Szénhidrát 121,93 g; Cukor 13,77 g; Só 3,95 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	**(00484) Gyermek (11-14 év)3x**	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Sajtos pogácsa-[1,7, (3,5,6,8,11)]	Briós 50gr[1,3,7], Tej 1,5% 5%ÁFA[7]	Vanilia pudingos kroasszán[1,3,6,7,8, (5,11)], Tej 1,5% 5%ÁFA [7]	Telj. kiőrl. sajtos croissant[1,3,7], Tej 1,5% 5%ÁFA[7]	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Finom-fonott kalács 250g -[1,3,7]
		Energia: 233,98 Kcal / 978,04 Kj	Energia: 227,92 Kcal / 952,71 Kj	Energia: 248,56 Kcal / 1 038,98 Kj	Energia: 246,79 Kcal / 1 031,58 Kj	Energia: 116,01 Kcal / 484,92 Kj
		Fehérje: 7,31 g; Zsír: 5,19 g; T.Zsírsav: 5,66 g	Fehérje: 9,41 g; Zsír: 4,22 g; T.Zsírsav: 3,32 g	Fehérje: 7,24 g; Zsír: 4,88 g; T.Zsírsav: 6,40 g	Fehérje: 6,86 g; Zsír: 12,30 g; T.Zsírsav: 7,12 g	Fehérje: 4,96 g; Zsír: 2,34 g; T.Zsírsav: 1,76 g
		Szénhidrát: 53,39 g; Cukor: 1,18 g; Só: 0,21 g	Szénhidrát: 32,64 g; Cukor: 5,73 g; Só: 1,22 g	Szénhidrát: 29,81 g; Cukor: 0,00 g; Só: 0,24 g	Szénhidrát: 23,43 g; Cukor: 0,31 g; Só: 1,01 g	Szénhidrát: 16,05 g; Cukor: 0,11 g; Só: 0,33 g

. . . . . .
Élelmezési osztályvezető

. . . . . .
Vezető dietetikus

. . . . . .
Gazdaságvezető