Heti étlap 2026.11.02. - 2026.11.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	**(00483) Gyermek (7-10 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	Padlizsánkrém /7-10év/ [3,7,10,(1)], Magvas zsemle-[1,3,7,(8,11)], Tej 1,5% 5%ÁFA[7]	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: 324,07 Kcal / 1 354,61 Kj	Energia: 328,54 Kcal / 1 373,30 Kj	Energia: 281,36 Kcal / 1 176,08 Kj	Energia: 339,66 Kcal / 1 419,78 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 42,62 g; Cukor 20,47 g; Só 0,54 g	Fehérje 12,97 g; Zsír 8,09 g; T.Zsírsav 2,95 g; Szénhidrát 45,96 g; Cukor 2,55 g; Só 1,03 g	Fehérje 8,33 g; Zsír 1,39 g; T.Zsírsav 1,70 g; Szénhidrát 55,10 g; Cukor 19,18 g; Só 0,77 g	Fehérje 15,11 g; Zsír 9,86 g; T.Zsírsav 4,10 g; Szénhidrát 43,30 g; Cukor 2,57 g; Só 0,80 g
Ebéd	**(00483) Gyermek (7-10 év)3x**	Magyaros z.bableves mir/7-10é[1,3,9], Burgonya főzelék/7-10év/ [1,7], Főtt tojás/7-10év/[3], Sült virsli/7-10év/ (1,6,7,10), Félbarna kenyér -[1,(6,7)], Alma-	Gyümölcsleves mir./7-10év/[1,7,(6,8,12)], Gyros csirkemellből , Párolt rizsköret/7-10év-, Piskóta szel./FRUTTO/28gVEGY ES	Tárkonyos zöldség leves [7,9], Csirkepörkölt/comb/7-10év/, Tésztaköret DURUM/7-10év/[1], Banán -	Tejf.karfiollev.mir./7-10év/[1,3,7,9], Burgonyapüré /7-10év/-[7,(1)], Pan.halrud sütőb./7-10év/[1,3,4], Gyüm.lé almalé 100% szűrt 1 l	Hamis gulyásl./mir./7-10év/[1,3,9], Stefánia vagdalt [1,3,(6,7)], Tarkabab főzelék 7-10év [1,7,(3,6,10,11)], Félbarna kenyér -[1,(6,7)], Alma-
		Energia: 864,89 Kcal / 3 615,24 Kj	Energia: 766,61 Kcal / 3 204,43 Kj	Energia: 688,28 Kcal / 2 877,01 Kj	Energia: 721,31 Kcal / 3 015,08 Kj	Energia: 818,43 Kcal / 3 421,04 Kj
		Fehérje 29,18 g; Zsír 44,13 g; T.Zsírsav 12,55 g; Szénhidrát 80,02 g; Cukor 7,18 g; Só 3,80 g	Fehérje 35,96 g; Zsír 23,28 g; T.Zsírsav 5,75 g; Szénhidrát 105,69 g; Cukor 12,09 g; Só 2,93 g	Fehérje 33,42 g; Zsír 24,14 g; T.Zsírsav 4,15 g; Szénhidrát 85,23 g; Cukor 27,91 g; Só 2,52 g	Fehérje 24,78 g; Zsír 29,89 g; T.Zsírsav 5,34 g; Szénhidrát 84,92 g; Cukor 21,92 g; Só 3,08 g	Fehérje 36,13 g; Zsír 26,00 g; T.Zsírsav 6,64 g; Szénhidrát 99,75 g; Cukor 12,30 g; Só 3,87 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	**(00483) Gyermek (7-10 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: 105,93 Kcal / 442,79 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: 4,67 g; Zsír: 2,08 g; T.Zsírsav: 1,65 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: 14,43 g; Cukor: 0,10 g; Só: 0,28 g

. . . . . .
Élelmezési osztályvezető

. . . . . .
Vezető dietetikus

. . . . . .
Gazdaságvezető