

Heti étlap 2025.09.15. - 2025.09.19.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00483) Gyermekek (7-10 év)3x	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Korpás zsemle-[1], Sonkaszalámi -(1,6,7), Delma margarin(1,7), Jégsaláta -	Kakaó [7,(1)], Magvas zsemle-[1,3,7,(8,11)], Delma margarin(1,7), Csem.vast.kolbász szel.- (1,6,7), Kápia paprika	Tojáskrém[3,7,10,(1,12)], Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Magvas zsemle-[1,3,7, (8,11)], Paradicsom -	Gyümölcs tea , Korpás zsemle-[1], Vajkrém natúr [7], TV paprika kg -	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Korpás zsemle-[1], Zala felvágott-(1,6,7), Delma margarin(1,7), Sajt /trappista/-[7,(1)], Californiai paprika kg -
		Energia: 261,06 Kcal / 1 091,23 KJ	Energia: 448,05 Kcal / 1 872,85 KJ	Energia: 303,03 Kcal / 1 266,67 KJ	Energia: 322,39 Kcal / 1 347,59 KJ	Energia: 351,03 Kcal / 1 467,31 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		13,16 g 5,88 g 3,56 g	16,83 g 14,13 g 6,02 g	15,00 g 8,07 g 4,25 g	7,07 g 8,55 g 4,11 g	16,82 g 10,91 g 5,96 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00483) Gyermekek (7-10 év)3x	34,09 g 0,34 g 1,27 g	57,26 g 14,56 g 3,10 g	35,29 g 1,83 g 2,62 g	54,50 g 19,28 g 1,53 g	43,50 g 0,74 g 1,57 g
						
Ebéd	(00483) Gyermekek (7-10 év)3x	Csokonai leves/7-10év/ [1,7,9], Mákos metélt/7- 10év/[1]	Zöldségleves tésztával/7- 10év/-[1,3,9,(6,, Tökfőzelék/7-10év-[1,7], Csirkepörkölt/comb/7- 10év/, Félbarna kenyér - [1,(6,7)], Gyüm.lé/vegy.multi.100% 1l	Zöldborsó leves mir./7- 10év-[1,3,9], Bácskai rizseshús/7-10év/-, Banán -	Tejf.karfiollev.mir./7- 10év/[1,3,7,9], Lasagne/7- 10év[1,3,7], Alma-	Magy.burgonyalev./7- 10év/-[1,9], Steak vagdalt/7-10év[1,3,(6,7)], Tarkabab főzelék 7-10év [1,7,(3,6,10,11)], Főtt tojás/7-10év/[3], Félbarna kenyér -[1,(6,7)]
		Energia: 766,93 Kcal / 3 205,77 KJ	Energia: 709,47 Kcal / 2 965,58 KJ	Energia: 795,94 Kcal / 3 327,03 KJ	Energia: 653,11 Kcal / 2 730,00 KJ	Energia: 795,49 Kcal / 3 325,15 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		30,23 g 27,63 g 6,42 g	28,65 g 25,30 g 5,61 g	35,96 g 22,14 g 4,70 g	35,36 g 24,85 g 7,17 g	37,17 g 29,55 g 7,44 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00483) Gyermekek (7-10 év)3x	97,29 g 22,69 g 1,83 g	80,34 g 7,63 g 2,24 g	110,86 g 25,66 g 1,89 g	67,51 g 8,24 g 2,19 g	86,50 g 5,58 g 2,21 g
						



