

Heti étlap 2025.10.06. - 2025.10.10.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	
Tízórai	(00483) Gyermekek (7-10 év)3x	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Korpás zsemle-[1], Delma margarin(1,7), Sertés párizsi-(1,6,7,10), Kápia paprika	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Korpás zsemle-[1], Sajtkrém[7,(1)], Kígyóuborka kg -	Tejeskávé[1,7], Delma margarin(1,7), Korpás zsemle-[1], Sonkaszalámi -(1,6,7), Paradicsom -	Tojáskrém[3,7,10,(1,12)], Korpás zsemle-[1], TV paprika kg -, Tej 1,5% 5%ÁFA[7]	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Korpás zsemle-[1], Kenőmájás -(1,6,7,10), Lilahagyma -	
		Energia: 284,29 Kcal / 1 188,33 KJ	Energia: 186,33 Kcal / 778,86 KJ	Energia: 291,56 Kcal / 1 218,72 KJ	Energia: 303,67 Kcal / 1 269,34 KJ	Energia: 390,54 Kcal / 1 632,46 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	
		12,86 g 8,86 g 4,54 g	8,60 g 1,47 g 2,26 g	13,11 g 5,82 g 3,57 g	13,92 g 6,74 g 3,34 g	17,70 g 7,21 g 4,85 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
		33,58 g 0,34 g 0,94 g	29,33 g 0,55 g 0,55 g	41,78 g 7,33 g 0,76 g	42,91 g 0,61 g 1,36 g	59,03 g 0,64 g 1,10 g	
Ebéd	(00483) Gyermekek (7-10 év)3x	Tejfölös burg.leves /7- 10év/[1,7,9], Pan. sajtszószos hal mir.7-10 [4], Gombás rizs 60g/7- 10év/, Gyüm.lé almalé 100% szűrt 1 l	Csurgatott tojás leves/7- 10/[1,3,9], Zúzapörkölt kacsa/7-10év/, Galuska köret mir./7-10év-[1,3], Banán -	Zöldborsó leves mir./7- 10év-[1,3,9], Serpenyős burg.kolb./7-10év-(1,6,7), Félbarna kenyér -[1,(6,7)], Alma-	Gyümölcsleves mir./7- 10év/[1,7,(6,8,12)], Bakonyi sertés tokány/7- 10év/[1,7], Tésztaköret DURUM/7-10év/[1]	Zöldségleves tésztával/7- 10é/[1,3,9,(6,, Székelykáposzta/7-10év/ [1,7,(12)], Félbarna kenyér -[1,(6,7)], Alma-	
		Energia: 755,55 Kcal / 3 158,20 KJ	Energia: 863,36 Kcal / 3 608,84 KJ	Energia: 735,22 Kcal / 3 073,22 KJ	Energia: 682,89 Kcal / 2 854,48 KJ	Energia: 675,28 Kcal / 2 822,67 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	
		19,81 g 31,65 g 4,72 g	37,36 g 29,81 g 4,85 g	24,31 g 26,37 g 6,81 g	31,61 g 25,21 g 6,88 g	31,11 g 22,87 g 6,41 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
		97,11 g 25,07 g 2,55 g	109,27 g 25,47 g 2,10 g	93,37 g 9,57 g 2,37 g	86,98 g 24,10 g 2,47 g	76,08 g 10,78 g 2,17 g	



