

Heti étlap 2025.11.03. - 2025.11.07.

		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	Kakaó [7,(1)], Vajkrém natúr[7], Korpás zsemle- [1], Kígyóborka kg -	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Korpás zsemle-[1], Sonkaszalámi -(1,6,7), Delma margarin(1,7), Paradicsom -	Gyümölcs tea , Delma margarin(1,7), Korpás zsemle-[1], Zala felvágott- (1,6,7), TV paprika kg -	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Korpás zsemle-[1], Kenőmájás -(1,6,7,10), Lilahagyma -
		Energia: 250,90 Kcal / 1 048,76 KJ	Energia: 369,08 Kcal / 1 542,75 KJ	Energia: 225,55 Kcal / 942,80 KJ	Energia: 254,53 Kcal / 1 063,94 KJ	Energia: 290,05 Kcal / 1 212,41 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
		10,82 g 7,70 g 3,69 g	12,78 g 7,65 g 5,23 g	10,45 g 5,32 g 2,77 g	6,93 g 6,54 g 1,97 g	14,20 g 8,27 g 5,33 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		31,22 g 0,34 g 0,84 g	57,41 g 12,77 g 0,80 g	31,05 g 0,34 g 0,69 g	42,71 g 18,74 g 0,52 g	34,68 g 0,32 g 0,61 g
Ebéd	(00483) Gyermekek (7-10 év)3x	Lebbencsleves/7-10év- [1,3,9], Csirkepörkölt/comb/7- 10év/, Tökfőzelék/7-10év- [1,7], Félbarna kenyér -[1, (6,7)], Gyüm.lé/vegy.multi.100% 1l	Májgaluska leves/7-10év- [1,3,9], Rakott karfiol /7- 10év[1,7], Banán -	Gyümölcsleves mir./7- 10év/[1,7,(6,8,12)], Pan.halrud sütőb./7-10év/ [1,3,4], Burgonyapüré /7- 10év/-[7,(1)]	Frankfurti leves /7-10év/ [1,7,9,(6,10)], Bolognai spagetti-[1,7], Mandarin -	Daragaluska leves/7- 10év-[1,3,9], Majonézes burgonya /7-10év/[3,7,10, (1,12), Ránt. csirkemellfilé/7-10év/[1,3], Gyüm.lé almalé 100% szűrt 1 l
		Energia: 766,28 Kcal / 3 203,05 KJ	Energia: 598,10 Kcal / 2 500,06 KJ	Energia: 641,47 Kcal / 2 681,34 KJ	Energia: 792,53 Kcal / 3 312,78 KJ	Energia: 736,52 Kcal / 3 078,65 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
		29,26 g 26,38 g 5,73 g	32,86 g 22,18 g 5,60 g	23,51 g 22,59 g 4,84 g	41,66 g 33,30 g 12,48 g	39,96 g 26,26 g 4,75 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		90,59 g 8,09 g 1,92 g	64,56 g 24,16 g 2,41 g	89,38 g 12,01 g 2,20 g	79,68 g 4,06 g 2,05 g	95,62 g 23,94 g 3,17 g



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00483) Gyermekek (7-10 év)3x	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Sajtos pogácsa-[1,7, (3,5,6,8,11)]	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Vaniliás fánk-[1,3,7, (5,8,11)]	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Tej, kiőrl. sajtos croissant [1,3,7]	Gyümölcs joghurt[7,(1)], Tönköly kifli[1,3, (5,7,8,11)]	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Vanília pudingos kroasszán[1,3,6,7,8,(5,
		Energia: 224,89 Kcal / 940,04 KJ	Energia: 196,06 Kcal / 819,53 KJ	Energia: 347,46 Kcal / 1 452,38 KJ	Energia: 276,07 Kcal / 1 153,97 KJ	Energia: 225,84 Kcal / 944,01 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
		6,73 g 5,09 g 5,46 g	7,34 g 2,51 g 2,08 g	8,84 g 18,20 g 10,18 g	10,28 g 4,67 g 3,44 g	5,79 g 4,63 g 5,90 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

