

Heti étlap 2025.11.24. - 2025.11.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00484) Gyermekek (11-14 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), Olasz felvágott-(1,6,7), Kápia paprika	Tojáskrém [3,7,10, (1,12)], Korpás zsemle- [1], Paradicsom -, Tej 1,5% 5%ÁFA[7]	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), Californiai paprika kg -
		Energia: 265,82 Kcal / 1 111,13 KJ	Energia: 411,91 Kcal / 1 721,78 KJ	Energia: 268,64 Kcal / 1 122,92 KJ	Energia: 405,17 Kcal / 1 693,61 KJ	Energia: 393,32 Kcal / 1 644,08 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 13,76 g 6,03 g 3,66 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 15,51 g 15,76 g 6,87 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 12,88 g 7,14 g 3,82 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 9,16 g 8,71 g 4,19 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 17,50 g 8,60 g 4,40 g
		Szénhidrát Cukor Só 34,24 g 0,34 g 0,68 g	Szénhidrát Cukor Só 45,93 g 13,71 g 2,27 g	Szénhidrát Cukor Só 32,87 g 0,49 g 1,31 g	Szénhidrát Cukor Só 72,89 g 26,05 g 1,03 g	Szénhidrát Cukor Só 57,53 g 0,66 g 1,05 g
Ebéd	(00484) Gyermekek (11-14 év)3x	Csokonai leves/11-14év/ [1,7,9], Mákos metélt/11- 14év/[1], Gyüm.lé almalé 100% szűrt 1 l	Zöldségleves tésztával/11-14/-[1,3,9, (6,7,12)], Burgonya főzelék/11-14év/[1,7], Vagdalt pog.sütőben/11- 14év/[1,3,(6,7)], Félbarna kenyér -[1,(6,7)], Narancs -	Paradicsom leves/11- 14év/[1,3,9], Pásztor tarhonya sertéshúsos [1,3], Banán -	Tejf.karfiollev.mir./11- 14év/[1,3,7,9], Lasagne [1,3,7], Narancs -	Májgaluska leves/11- 14év-[1,3,9], Erdélyi rakott káposzta-[7,(1,12)], Félbarna kenyér -[1,(6,7)], Mandarin -
		Energia: 995,15 Kcal / 4 159,73 KJ	Energia: 908,28 Kcal / 3 796,61 KJ	Energia: 956,10 Kcal / 3 996,50 KJ	Energia: 812,82 Kcal / 3 397,59 KJ	Energia: 725,78 Kcal / 3 033,76 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 36,15 g 36,20 g 8,18 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 33,52 g 25,64 g 6,36 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 38,84 g 26,38 g 5,29 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 38,90 g 32,86 g 9,83 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 33,11 g 21,82 g 6,00 g
		Szénhidrát Cukor Só 127,58 g 49,09 g 2,37 g	Szénhidrát Cukor Só 121,40 g 3,76 g 2,59 g	Szénhidrát Cukor Só 136,33 g 51,64 g 2,01 g	Szénhidrát Cukor Só 84,82 g 3,53 g 2,78 g	Szénhidrát Cukor Só 91,88 g 4,14 g 2,36 g



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00484) Gyermekek (11-14 év)3x	Sajt kocka 8 cik.200g Ca dús1[7,(1)], Tönköly kifli [1,3,(5,7,8,11)]	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Finom-fonott kalács 250g -[1,3,7]	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Graham pizzás csiga-[1,7, (3,6,12)]	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Brios 50gr[1,3,7]	Graham túrós bukta-[1,3,7,(5,6,8,11)], Tej 1,5% 5%ÁFA[7]
		Energia: 197,78 Kcal / 826,72 KJ	Energia: 105,93 Kcal / 442,79 KJ	Energia: 213,46 Kcal / 892,26 KJ	Energia: 205,19 Kcal / 857,69 KJ	Energia: 248,04 Kcal / 1 036,81 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
		8,02 g 4,30 g 2,64 g	4,67 g 2,08 g 1,65 g	7,71 g 4,52 g 5,38 g	7,96 g 3,97 g 2,82 g	9,44 g 3,11 g 2,79 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

