

Heti étlap 2025.12.15. - 2025.12.19.

		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	Gyümölcs tea , Korpás zsemle-[1], Kígyóborka kg -, Sajtkrém[7,(1)]	Tejeskávé[1,7], Magvas zsemle-[1,3,7,(8,11)], Kenőmájás -(1,6,7,10), Paradicsom -	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Korpás zsemle-[1], Delma margarin(1,7), Sonkaszalámi -(1,6,7), TV paprika kg -	Gyümölcs tea , Korpás zsemle-[1], Vajkrém natúr [7], Californiai paprika kg
		Energia: 296,91 Kcal / 1 241,08 Kj	Energia: 224,81 Kcal / 939,71 Kj	Energia: 399,06 Kcal / 1 668,07 Kj	Energia: 299,65 Kcal / 1 252,54 Kj	Energia: 247,24 Kcal / 1 033,46 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsav 13,46 g 9,77 g 4,88 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 6,30 g 1,20 g 1,62 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 17,57 g 10,14 g 5,69 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 14,05 g 5,84 g 3,24 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 4,86 g 6,39 g 3,06 g
		Szénhidrát Cukor Só 33,89 g 0,34 g 1,05 g	Szénhidrát Cukor Só 43,24 g 19,02 g 0,53 g	Szénhidrát Cukor Só 52,97 g 9,54 g 3,11 g	Szénhidrát Cukor Só 44,18 g 0,50 g 0,89 g	Szénhidrát Cukor Só 42,63 g 19,02 g 0,52 g
Ebéd	(00483) Gyermekek (7-10 év)3x	Daragaluska leves/7- 10év-[1,3,9], Parad.-mos húsgom./7-10év/[1,3, (5,8,11,12)], Félbarna kenyér -[1,(6,7)], Narancs -	Tejfölös karalábé leves [1,3,7,9,(6,12)], Fokhagym.aprópecs./7- 10év/, Burgonya sós 7- 10év, Félbarna kenyér -[1, (6,7)], Alma-	Gyümölcsleves mir./7- 10év/[1,7,(6,8,12)], Csirkepörkölt/comb/7- 10év/, Tésztakelet DURUM/7-10év/[1]	Lebbencsleves/7-10év- [1,3,9], Rakott kelkáposzta-[7,(1)], Banán -	Csurgatott tojás leves/7- 10/-[1,3,9], Ránt. csirkemellfilé/7-10év/[1,3], Rizi-bizi/7-10év/-, Szaloncukor -
		Energia: 650,13 Kcal / 2 717,54 Kj	Energia: 703,84 Kcal / 2 942,05 Kj	Energia: 633,39 Kcal / 2 647,57 Kj	Energia: 582,96 Kcal / 2 436,77 Kj	Energia: 983,25 Kcal / 4 109,99 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsav 25,32 g 21,82 g 4,14 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 32,99 g 21,95 g 5,68 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 32,14 g 19,51 g 4,06 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 23,26 g 19,39 g 4,72 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 42,81 g 24,25 g 3,82 g
		Szénhidrát Cukor Só 93,55 g 23,77 g 2,18 g	Szénhidrát Cukor Só 86,00 g 8,34 g 2,71 g	Szénhidrát Cukor Só 83,64 g 13,35 g 2,63 g	Szénhidrát Cukor Só 75,30 g 26,73 g 2,32 g	Szénhidrát Cukor Só 144,28 g 0,36 g 3,08 g



