

Heti étlap 2026.02.02. - 2026.02.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00484) Gyermekek (11-14 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], Sajtkrém[7, (1)], Kígyóborka kg -	Tejeskávé[1,7], Delma margarin(1,7), Korpás zsemle-[1], Sonkaszállami -(1,6,7), Paradicsom -	Gyümölcs tea , Tojáskrém [3,7,10,(1,12)], Korpás zsemle-[1], Lilahagyma -	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Magvas zsemle-[1,3,7, (8,11)], Kenőmájás - (1,6,7,10), Jégsaláta -
		Energia: 331,36 Kcal / 1 385,08 KJ	Energia: 258,98 Kcal / 1 082,54 KJ	Energia: 295,58 Kcal / 1 235,52 KJ	Energia: 360,81 Kcal / 1 508,19 KJ	Energia: 301,95 Kcal / 1 262,15 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
		14,37 g 8,92 g 4,42 g	6,64 g 1,40 g 1,99 g	13,11 g 5,82 g 3,57 g	10,72 g 6,58 g 2,39 g	15,03 g 9,46 g 5,51 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00484) Gyermekek (11-14 év)3x	Nyírs.gombóc leves/11- 14év/[1,9], Steak vagdalt/11-14év[1,3,(6,7)], Zöldbab főzelék mir./11- 14év/[1,7], Félbarna kenyér -[1,(6,7)], Gyüm. lé narancs 100%-os 1 l	Zöldborsó leves mir./11- 14év-[1,3,9], Csikós tokány pulyka/11-14év/ [1,7], Galuska köret mir./11-14év-[1,3], Alma- narancs 100%-os 1 l	Daragaluska leves/11- 14év-[1,3,9], Burgonya sós /11-14év/ Sertéspörkölt lecsóval/11- 14/-, Félbarna kenyér -[1, (6,7)], Banán -	Frankfurti leves /11-14év/ [1,7,9,(6,10)], Lasagne [1,3,7], Gyüm.lé almalé 100% szűrt 1 l	Magyaros z.bableves mir/11-14év[1,3,9], Párizsi csirkemell szelet[1,3,7], Vegyes gyüm.mártás/11- 14év/[1,7,(6,8,12)], Félbarna kenyér -[1,(6,7)]
		Energia: 803,18 Kcal / 3 357,29 KJ	Energia: 924,30 Kcal / 3 863,57 KJ	Energia: 791,90 Kcal / 3 310,14 KJ	Energia: 919,39 Kcal / 3 843,05 KJ	Energia: 825,11 Kcal / 3 448,96 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
		31,38 g 28,48 g 6,92 g	42,21 g 31,63 g 8,36 g	38,08 g 23,95 g 5,21 g	43,62 g 37,15 g 12,88 g	43,45 g 23,15 g 4,69 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		95,51 g 7,69 g 2,61 g	111,68 g 8,88 g 3,27 g	114,77 g 22,68 g 3,06 g	97,13 g 38,74 g 3,12 g	106,54 g 34,32 g 2,67 g



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Uzsonna	(00484) Gyermek (11-14 év)3x	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Sajtos pogácsa-[1,7, (3,5,6,8,11)]	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Graham kakaós csiga-	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Telj. kiörl. sajtos croissant [1,3,7]	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Vanília pudingos kroasszán[1,3,6,7,8, (5,11)]	Piskóta szel./FRUTTO/28gVEGY ES, Narancs -										
		Energia: 224,89 Kcal / 940,04 KJ	Energia: 217,58 Kcal / 909,48 KJ	Energia: 255,88 Kcal / 1 069,58 KJ	Energia: 225,84 Kcal / 944,01 KJ	Energia: 281,74 Kcal / 1 177,67 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6,73 g	5,09 g	5,46 g	6,47 g	1,91 g	2,30 g	7,44 g	12,40 g	7,32 g	5,79 g	4,63 g	5,90 g	4,50 g	8,80 g	4,60 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		52,45 g	1,18 g	2,01 g	19,79 g	0,00 g	1,01 g	24,37 g	0,31 g	1,01 g	27,46 g	0,00 g	0,23 g	43,75 g	0,00 g	0,26 g

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

