

Heti étlap 2026.02.02. - 2026.02.06.

		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], Sajtkrém[7, (1)], Kígyóborka kg -	Tejeskávé[1,7], Delma margarin(1,7), Korpás zsemle-[1], Sonkaszalámi -(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: 275,20 Kcal / 1 150,34 KJ	Energia: 232,36 Kcal / 971,26 KJ	Energia: 291,56 Kcal / 1 218,72 KJ	Energia: 270,99 Kcal / 1 132,74 KJ	Energia: 301,95 Kcal / 1 262,15 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		12,28 g 8,76 g 4,34 g	6,64 g 1,40 g 1,99 g	13,11 g 5,82 g 3,57 g	8,41 g 5,95 g 2,06 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	(00483) Gyermekek (7-10 év)3x	Nyírs.gombóc leves/7- 10év/[1,9], Steak vagdalt/7-10év[1,3,(6,7)], Zöldbab főzelék mir./7- 10év/[1,7], Félbarna kenyér -[1,(6,7)], Gyüm. lé narancs 100%-os 1 l	Zöldborsó leves mir./7- 10év-[1,3,9], Csikós tokány pulyka/7-10év/ [1,7], Galuska köret mir./7 -10év-[1,3], Alma-	Daragaluska leves/7- 10év-[1,3,9], Burgonya sós 7-10év, Sertéspörkölt lecsóval/7-10/-, Félbarna kenyér -[1,(6,7)], Banán -	Frankfurti leves /7-10év/ [1,7,9,(6,10)], Lasagne [1,3,7], Gyüm.lé almalé 100% szűrt 1 l	Magyaros z.bableves mir/7-10é[1,3,9], Párizsi csirkemell szelet[1,3,7], Vegyes gyüm.mártás/7- 10év/[1,7,(6,8,12)], Félbarna kenyér -[1,(6,7)]
		Energia: 723,01 Kcal / 3 022,18 KJ	Energia: 793,77 Kcal / 3 317,96 KJ	Energia: 718,41 Kcal / 3 002,95 KJ	Energia: 790,61 Kcal / 3 304,75 KJ	Energia: 742,11 Kcal / 3 102,02 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		27,00 g 25,92 g 6,22 g	38,26 g 25,53 g 6,70 g	32,46 g 21,40 g 4,50 g	36,71 g 32,75 g 11,14 g	39,39 g 18,51 g 4,06 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		86,77 g 5,44 g 2,58 g	98,29 g 6,27 g 2,80 g	106,10 g 22,68 g 2,81 g	82,28 g 31,83 g 2,77 g	100,86 g 34,32 g 2,65 g



