

Heti étlap 2026.02.23. - 2026.02.27.

		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), Zala felvágott-(1,6,7), Jégsaláta -	Gyümölcs tea , Magvas zsemle-[1,3,7,(8,11)], Sajtkrém[7,(1)], Kápia paprika	Karamell /7-10év[7], Korpás zsemle-[1], Szendvicsskrém sonkás [7, (1,6)], Paradicsom -	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Tojáskrém[3,7,10,(1,12)], Lilahagyma -, Korpás zsemle-[1]	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Korpás zsemle-[1], Kenőmájás -(1,6,7,10), Kígyóuborka kg -
		Energia: 262,21 Kcal / 1 096,04 KJ	Energia: 232,98 Kcal / 973,86 KJ	Energia: 310,97 Kcal / 1 299,85 KJ	Energia: 298,58 Kcal / 1 248,06 KJ	Energia: 250,52 Kcal / 1 047,17 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 12,20 g 8,08 g 3,84 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 6,35 g 2,11 g 1,44 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 14,75 g 2,65 g 4,07 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 13,34 g 6,60 g 3,14 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 12,20 g 6,68 g 4,29 g
		Szénhidrát Cukor Só 31,91 g 0,34 g 0,56 g	Szénhidrát Cukor Só 42,87 g 20,33 g 2,02 g	Szénhidrát Cukor Só 47,28 g 10,54 g 2,60 g	Szénhidrát Cukor Só 43,03 g 0,61 g 1,55 g	Szénhidrát Cukor Só 31,46 g 0,32 g 0,60 g
Ebéd	(00483) Gyermekek (7-10 év)3x	Csurgatott tojás leves/7- 10/-[1,3,9], Natúr sertés tokány/7-10év-[1], Zöldborsó főzelék/7-10év- [1,7], Félbarna kenyér -[1, (6,7)]	Jókai bableves /7-10év/ [1,3,7,9,(6,10,11)], Izes töltött nudli-[1], Alma-	Daragaluska leves/7- 10év-[1,3,9], Egresmártás mir.*/7-10év/[1,7,(6,8,12)], Ránt. csirkemellfilé/7- 10év/[1,3], Félbarna kenyér -[1,(6,7)]	Gulyásleves marh./7- 10év/[1,3,9], Túrós- tejf.tészta /7-10év/[1,7], Banán -	Zeller krémleves/7-10év- [1,3,7,9,(10)], Rakott burgonya virslis[3,7, (1,6,10)], Gyüm.lé/veg.y.multi.100% 1l, Félbarna kenyér -[1, (6,7)]
		Energia: 789,78 Kcal / 3 301,28 KJ	Energia: 879,52 Kcal / 3 676,39 KJ	Energia: 737,35 Kcal / 3 082,12 KJ	Energia: 808,62 Kcal / 3 380,03 KJ	Energia: 816,38 Kcal / 3 412,47 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 44,50 g 31,03 g 6,90 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 26,93 g 28,70 g 6,82 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 43,10 g 17,68 g 3,92 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 38,48 g 24,09 g 6,70 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 27,06 g 32,76 g 11,48 g
		Szénhidrát Cukor Só 74,74 g 6,16 g 2,74 g	Szénhidrát Cukor Só 117,05 g 18,41 g 2,35 g	Szénhidrát Cukor Só 110,58 g 21,30 g 3,05 g	Szénhidrát Cukor Só 109,01 g 36,26 g 2,41 g	Szénhidrát Cukor Só 102,04 g 5,18 g 2,14 g



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00483) Gyermekek (7-10 év)3x	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Graham pizzás csiga-[1,7, (3,6,12)]	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Graham kakaós csiga-	Alma-, Túró Rudi közétk.30g 18%ÁFA[7,(1)]	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Holland kakaós kalács - [1,3,7,(5,6,8,11)]	Gyümölcs joghurt[7,(1)], Tönköly kifli[1,3, (5,7,8,11)]
		Energia: 297,46 Kcal / 1 243,38 KJ	Energia: 235,76 Kcal / 985,48 KJ	Energia: 141,97 Kcal / 593,43 KJ	Energia: 124,12 Kcal / 518,82 KJ	Energia: 276,07 Kcal / 1 153,97 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv 10,12 g6,53 g7,57 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 7,63 g2,11 g2,70 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 3,30 g5,30 g4,50 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 5,30 g1,14 g1,57 g	FehérjeZsírT.Zsírsv 10,28 g4,67 g3,44 g
		SzénhidrátCukorSó 32,98 g4,47 g1,81 g	SzénhidrátCukorSó 21,67 g0,00 g1,02 g	SzénhidrátCukorSó 19,00 g18,55 g0,22 g	SzénhidrátCukorSó 17,86 g0,19 g0,25 g	SzénhidrátCukorSó 44,21 g26,30 g0,82 g
						

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

