

Heti étlap 2026.03.02. - 2026.03.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00483) Gyermek (7-10 év)3x	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Delma margarin(1,7), Sertés párizsi-(1,6,7,10), Magvas zsemle-[1,3,7, (8,11)], 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 -	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Magvas zsemle-[1,3,7, (8,11)], Delma margarin (1,7), Olasz felvágott- (1,6,7), Jégsaláta -	Gyümölcs tea , Korpás zsemle-[1], Kenőmájás - (1,6,7,10), Lilahagyma -
		Energia: 342,49 Kcal / 1 431,61 KJ	Energia: 224,22 Kcal / 937,24 KJ	Energia: 291,56 Kcal / 1 218,72 KJ	Energia: 307,31 Kcal / 1 284,56 KJ	Energia: 257,39 Kcal / 1 075,89 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		14,69 g 10,50 g 4,39 g	6,25 g 1,20 g 1,62 g	13,11 g 5,82 g 3,57 g	13,13 g 12,39 g 5,23 g	7,66 g 5,89 g 2,69 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00483) Gyermek (7-10 év)3x	Májgaluska leves/7-10év- [1,3,9], Burgonya főzelék/7-10év/[1,7], Vagdalt pog.sütőben/7- 10év/[1,3,(6,7)], Félbarna kenyér -[1,(6,7)]	Lebbencsleves/7-10év- [1,3,9], Budapest szel. sertész.7-10-[1], Bulgur köret /7-10év[1, (5,8,11,12)], Banán -	Nyírs.gombóc leves/7- 10év/[1,9], Sertéspörkölt lecsóval/7-10/-, Lencsefőzelék /7-10év/- [1,7,10,(3,6,11,12)], Félbarna kenyér -[1,(6,7)]	Brokk.krémlev. mir./7- 10év/[7,(1,3,6,12)], Petrezselymes burg./7- 10év/-, Pan.halrud sütőb./7-10év/[1,3,4], Gyüm. lé narancs 100%- os 1 l	Savanyú tojásleves/7- 10év[1,3,7,9,(6,12)], Almás-sajtos sert.szelet [1,7], Párolt rizsköret/7- 10év-, Banán -
		Energia: 714,05 Kcal / 2 984,73 KJ	Energia: 827,56 Kcal / 3 459,20 KJ	Energia: 800,61 Kcal / 3 346,55 KJ	Energia: 731,73 Kcal / 3 058,63 KJ	Energia: 910,46 Kcal / 3 805,72 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		32,38 g 23,22 g 5,91 g	32,72 g 22,62 g 4,40 g	39,07 g 31,13 g 6,94 g	26,43 g 28,04 g 4,86 g	42,41 g 35,13 g 10,88 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Tízórai	(00483) Gyermek (7-10 év)3x	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Delma margarin(1,7), Sertés párizsi-(1,6,7,10), Magvas zsemle-[1,3,7, (8,11)], 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 -	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Magvas zsemle-[1,3,7, (8,11)], Delma margarin (1,7), Olasz felvágott- (1,6,7), Jégsaláta -	Gyümölcs tea , Korpás zsemle-[1], Kenőmájás - (1,6,7,10), Lilahagyma -
		Energia: 342,49 Kcal / 1 431,61 KJ	Energia: 224,22 Kcal / 937,24 KJ	Energia: 291,56 Kcal / 1 218,72 KJ	Energia: 307,31 Kcal / 1 284,56 KJ	Energia: 257,39 Kcal / 1 075,89 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		14,69 g 10,50 g 4,39 g	6,25 g 1,20 g 1,62 g	13,11 g 5,82 g 3,57 g	13,13 g 12,39 g 5,23 g	7,66 g 5,89 g 2,69 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00483) Gyermek (7-10 év)3x	Májgaluska leves/7-10év- [1,3,9], Burgonya főzelék/7-10év/[1,7], Vagdalt pog.sütőben/7- 10év/[1,3,(6,7)], Félbarna kenyér -[1,(6,7)]	Lebbencsleves/7-10év- [1,3,9], Budapest szel. sertész.7-10-[1], Bulgur köret /7-10év[1, (5,8,11,12)], Banán -	Nyírs.gombóc leves/7- 10év/[1,9], Sertéspörkölt lecsóval/7-10/-, Lencsefőzelék /7-10év/- [1,7,10,(3,6,11,12)], Félbarna kenyér -[1,(6,7)]	Brokk.krémlev. mir./7- 10év/[7,(1,3,6,12)], Petrezselymes burg./7- 10év/-, Pan.halrud sütőb./7-10év/[1,3,4], Gyüm. lé narancs 100%- os 1 l	Savanyú tojásleves/7- 10év[1,3,7,9,(6,12)], Almás-sajtos sert.szelet [1,7], Párolt rizsköret/7- 10év-, Banán -
		Energia: 714,05 Kcal / 2 984,73 KJ	Energia: 827,56 Kcal / 3 459,20 KJ	Energia: 800,61 Kcal / 3 346,55 KJ	Energia: 731,73 Kcal / 3 058,63 KJ	Energia: 910,46 Kcal / 3 805,72 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		32,38 g 23,22 g 5,91 g	32,72 g 22,62 g 4,40 g	39,07 g 31,13 g 6,94 g	26,43 g 28,04 g 4,86 g	42,41 g 35,13 g 10,88 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Uzsonna	(00483) Gyermek (7-10 év)3x	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Sajtos pogácsa-[1,7, (3,5,6,8,11)]	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Piskóta szel./FRUTTO/28gVEGY ES	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Telj. kiőrl. sajtos croissant [1,3,7]	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Vanília pudingos kroasszán[1,3,6,7,8, (5,11)]	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Finom-fonott kalács 250g -[1,3,7]										
		Energia: 233,98 Kcal / 978,04 KJ	Energia: 200,72 Kcal / 839,01 KJ	Energia: 246,79 Kcal / 1 031,58 KJ	Energia: 253,11 Kcal / 1 058,00 KJ	Energia: 141,30 Kcal / 590,63 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		7,31 g	5,19 g	5,66 g	7,60 g	5,40 g	4,30 g	6,86 g	12,30 g	7,12 g	7,53 g	4,93 g	6,50 g	7,27 g	2,31 g	2,54 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		53,39 g	1,18 g	0,21 g	24,90 g	0,00 g	0,15 g	23,43 g	0,31 g	1,01 g	30,28 g	0,00 g	0,24 g	17,51 g	0,08 g	0,25 g

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

