

Heti étlap 2026.04.13. - 2026.04.17.

		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], Delma margarin(1,7), Sajt /trappista-/[7,(1)], Kígyóborka kg -			Tejeskávé[1,7], Delma margarin(1,7), Korpás zsemle-[1], Sonkaszalámi -(1,6,7), Paradicsom -			Tej 2,8%- 5%áfa[7], 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: 250,90 Kcal / 1 048,76 KJ			Energia: 279,96 Kcal / 1 170,23 KJ			Energia: 296,32 Kcal / 1 238,62 KJ			Energia: 252,70 Kcal / 1 056,29 KJ			Energia: 415,00 Kcal / 1 734,70 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10,82 g	7,70 g	3,69 g	9,10 g	8,47 g	3,84 g	13,71 g	5,97 g	3,67 g	11,35 g	6,74 g	4,06 g	19,20 g	9,54 g	5,21 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
31,22 g	0,34 g	0,84 g	42,46 g	18,98 g	0,54 g	41,93 g	7,33 g	0,67 g	31,16 g	5,75 g	1,42 g	56,52 g	3,40 g	4,10 g		
Ebéd	(00483) Gyermekek (7-10 év)3x	Lebbencsleves/7-10év-[1,3,9], Sertéspörkölt lecsóval/7-10/-, Tökfőzelék/7-10év-[1,7], Félbarna kenyér -[1,(6,7)], Gyüm. lé narancs 100%-os 1 l			Tejfölös burg.leves /7-10év/[1,7,9], Bolognai spagetti-[1,7], Gyüm.lé almalé 100% szűrt 1 l			Májgaluska leves/7-10év-[1,3,9], Sült csirkecomb /7-10év/, Zöldborsó főzelék/7-10év-[1,7], Félbarna kenyér -[1,(6,7)]			Húsgombóc leves/7-10év/-[3,9], Gránátos kocka /7-10év/[1]			Brokk.krémlev. mir./7-10év/[7,(1,3,6,12)], Gyros csirkemellből , Párolt rizsköret/7-10év-, Narancs -		
		Energia: 741,02 Kcal / 3 097,46 KJ			Energia: 790,27 Kcal / 3 303,33 KJ			Energia: 776,09 Kcal / 3 244,06 KJ			Energia: 701,22 Kcal / 2 931,10 KJ			Energia: 693,67 Kcal / 2 899,54 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		28,74 g	29,44 g	7,13 g	35,31 g	27,01 g	9,73 g	44,16 g	27,89 g	4,97 g	29,90 g	21,98 g	3,82 g	38,97 g	20,50 g	4,42 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
80,37 g	7,74 g	3,15 g	98,79 g	31,76 g	2,54 g	77,01 g	5,86 g	2,34 g	94,72 g	1,12 g	2,03 g	85,38 g	1,59 g	2,47 g		



		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], Graham kakaós csiga-			Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Tej, kiörl. sajtos croissant [1,3,7]			Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Graham almás táská [1,3,7,(5,6,8,11)]			Puding poharas 125gr több iz		
		Energia: 224,89 Kcal / 940,04 KJ			Energia: 213,04 Kcal / 890,51 KJ			Energia: 246,79 Kcal / 1 031,58 KJ			Energia: 230,74 Kcal / 964,49 KJ			Energia: 130,50 Kcal / 545,49 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	6,18 g	1,86 g	2,20 g	6,86 g	12,30 g	7,12 g	9,08 g	2,36 g	3,20 g	3,85 g	4,55 g	0,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
52,45 g	1,18 g	0,21 g	19,32 g	0,00 g	1,01 g	23,43 g	0,31 g	1,01 g	53,40 g	9,33 g	0,05 g	18,25 g	0,00 g	0,00 g		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

