






Heti étlap 2026.05.11. - 2026.05.15.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	(00484) Gyermek (11-14 év)3x	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Korpás zsemle-[1], Vajkrém natúr[7], Kápia paprika			Kakaó [7,(1)], Magvas zsemle-[1,3,7,(8,11)], Delma margarin(1,7), Olasz felvágott-(1,6,7), Paradicsom -			Gyümölcs tea , Sajt /trappista/-[7,(1)], Magvas zsemle-[1,3,7,(8,11)], Delma margarin(1,7), Jégsaláta -			Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Korpás zsemle-[1], Sonkaszalámi -(1,6,7), Delma margarin(1,7), Kápia paprika			Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Magvas zsemle-[1,3,7,(8,11)], Delma margarin (1,7), Sertés párizsi-(1,6,7,10), Kígyóuborka kg -		
		Energia: 316,54 Kcal / 1 323,14 Kj			Energia: 376,93 Kcal / 1 575,57 Kj			Energia: 390,12 Kcal / 1 630,70 Kj			Energia: 279,10 Kcal / 1 166,64 Kj			Energia: 428,81 Kcal / 1 792,43 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		11,12 g	9,23 g	5,61 g	14,34 g	12,68 g	5,73 g	12,60 g	10,43 g	4,19 g	12,67 g	5,63 g	2,74 g	18,66 g	13,08 g	5,24 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
43,36 g	0,88 g	0,80 g	45,80 g	13,71 g	0,68 g	60,80 g	27,82 g	0,79 g	41,81 g	0,50 g	0,91 g	54,43 g	3,42 g	1,67 g		
Ebéd	(00484) Gyermek (11-14 év)3x	Sertésragu leves -[1,3,9], Káposztás kocka /11-14év/[1], Gyüm. lé narancs 100%-os 1 l , Nápolyi 15gr[1, (3,5,6,7,8,11)]			Hamis gulyásl./mir./11-14év/[1,3,9], Párizsi csirkemell szelet[1,3,7], Almamártás [1,7,(6,8,12)], Félbarna kenyér -[1,(6,7)]			Csurgatott tojás leves/11-14/-[1,3,9], Dubarry csirkem.szelet/11-14év [1,7], Párolt rizsköret/11-14év-, Alma-			Tejfölös karalábé leves [1,3,7,9,(6,12)], Csirkepörkölt/comb/11-14év/, Tarhonya köret /11-14év/[1,3], Banán -			Májgaluska leves/11-14év-[1,3,9], Rakott kelkáposzta-[7,(1)], Túró Rudi közétk.30g 18%ÁFA [7,(1)]		
		Energia: 920,64 Kcal / 3 848,28 Kj			Energia: 881,82 Kcal / 3 686,01 Kj			Energia: 925,80 Kcal / 3 869,84 Kj			Energia: 841,10 Kcal / 3 515,80 Kj			Energia: 645,73 Kcal / 2 699,15 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		36,77 g	25,98 g	6,77 g	45,32 g	23,53 g	4,87 g	52,39 g	33,65 g	8,90 g	40,05 g	28,50 g	5,45 g	35,46 g	29,38 g	11,33 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
122,16 g	15,91 g	2,87 g	119,83 g	32,50 g	2,35 g	98,20 g	8,74 g	3,55 g	102,10 g	32,61 g	2,94 g	58,32 g	15,16 g	1,95 g		



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Uzsonna</b>	<b>(00484) Gyermek (11-14 év)3x</b>	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Baconos párna[3,7, (1,5,8,11)]			Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Holland kakaós kalács - [1,3,7,(5,6,8,11)]			Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Briós 50gr[1,3,7]			Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Tej, kiörl. sajtos croissant [1,3,7]			Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Búrkifli mákos[1,3,7,(8)]		
		Energia: 228,71 Kcal / 956,01 KJ			Energia: 124,12 Kcal / 518,82 KJ			Energia: 182,47 Kcal / 762,72 KJ			Energia: 392,91 Kcal / 1 642,36 KJ			Energia: 312,45 Kcal / 1 306,04 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12,96 g	6,49 g	6,94 g	5,30 g	1,14 g	1,57 g	6,51 g	3,72 g	2,32 g	11,74 g	18,70 g	11,18 g	8,29 g	7,70 g	6,01 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
21,57 g	0,00 g	0,52 g	17,86 g	0,19 g	0,25 g	27,94 g	5,73 g	0,33 g	37,50 g	0,47 g	1,52 g	40,43 g	16,49 g	0,06 g		
																

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

