

Heti étlap 2026.05.25. - 2026.05.29.

		kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00483) Gyermekek (7-10 év)3x	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Csem.vast.kolbász szel.-(1,6,7), Magvas zsemle-[1,3,7,(8,11)], Delma margarin(1,7), Jégsaláta -	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Korpás zsemle-[1], Delma margarin(1,7), Sertés párizsi-(1,6,7,10), Kápia paprika	Gyümölcs tea , Sajt /trappista/-[7,(1)], Delma margarin(1,7), Magvas zsemle-[1,3,7,(8,11)], Kígyóuborka kg -	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Korpás zsemle-[1], Delma margarin(1,7), Sonkaszalámi -(1,6,7), Jégsaláta -
		Energia: 372,37 Kcal / 1 556,51 KJ	Energia: 352,09 Kcal / 1 471,74 KJ	Energia: 406,71 Kcal / 1 700,05 KJ	Energia: 373,38 Kcal / 1 560,73 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		16,00 g 11,75 g 5,12 g	15,55 g 9,93 g 4,96 g	13,47 g 9,68 g 3,47 g	17,34 g 6,20 g 3,72 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
44,98 g 2,57 g 0,83 g	45,51 g 0,50 g 1,30 g	65,50 g 21,98 g 1,03 g	57,63 g 0,66 g 1,15 g		
Ebéd	(00483) Gyermekek (7-10 év)3x	Serteshúsleves /7-10év/ [1,3,9], Paradicsom mártás[1,9], Félbarna kenyér -[1,(6,7)], Alma-, Gyüm.lé narancs 100% 0,2l -	Tejf.karfiollev.mir./7-10év/[1,3,7,9], Burgonyapüré /7-10év/-[7,(1)], Pan.halrud sütób./7-10év/[1,3,4], Gyüm.lé almale 100% szűrt 1 l	Frankfurti leves /7-10év/ [1,7,9,(6,10)], Milánói makaróni/7-10év/[1,7], Körte -	Csurgatott tojás leves/7-10/-[1,3,9], Zöldbab főzelék mir./7-10év/[1,7], Csirkepörkölt/comb/7-10év/, Félbarna kenyér - [1,(6,7)]
		Energia: 698,04 Kcal / 2 917,81 KJ	Energia: 699,42 Kcal / 2 923,58 KJ	Energia: 779,37 Kcal / 3 257,77 KJ	Energia: 685,38 Kcal / 2 864,89 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		29,46 g 16,76 g 4,01 g	24,74 g 29,89 g 5,34 g	38,03 g 31,41 g 10,14 g	35,03 g 30,44 g 6,71 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
96,38 g 23,69 g 2,69 g	79,82 g 14,92 g 3,07 g	85,21 g 10,22 g 2,76 g	58,55 g 5,82 g 2,71 g		
Uzsonna	(00483) Gyermekek (7-10 év)3x	Sajtos pogácsa-[1,7,(3,5,6,8,11)], Tej 1,5% 5%ÁFA[7]	Kifli-[1,6,7,(3,5,8,11)], Krém túró vaniliás[7,(1)]	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Holland kakaós kalács - [1,3,7,(5,6,8,11)]	Croissant csokis 50gr-[1,3,7,(5,6,8,11,12)], Gyüm.i./alma/100%-os 0,2l
		Energia: 233,98 Kcal / 978,04 KJ	Energia: 285,64 Kcal / 1 193,98 KJ	Energia: 163,02 Kcal / 681,42 KJ	Energia: 283,74 Kcal / 1 186,03 KJ
		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	12,61 g	3,03 g	3,70 g	8,00 g	1,59 g	2,52 g	3,60 g	5,10 g	6,10 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
53,39 g	1,18 g	0,21 g	30,36 g	17,10 g	0,08 g	21,46 g	0,18 g	0,24 g	24,30 g	52,53 g	0,41 g

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

