

Heti étlap 2026.06.15. - 2026.06.19.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00483) Gyermek (7-10 év)3x	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Delma margarin(1,7), Sertés pászti(-1,6,7,10), Korpás zsemle-[1], Kávia paprika	Kakaó [7,(1)], Tojáskrém [3,7,10,(1,12)], Korpás zsemle-[1], Paradicsom -	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Magvas zsemle-[1,3,7,(8,11)], Sajtkrém[7,(1)], Jégsaláta -	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Korpás zsemle-[1], Sonkaszalámi -(1,6,7), Delma margarin(1,7), Kávia paprika	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Magvas zsemle-[1,3,7,(8,11)], Delma margarin (1,7), Zala felvágott-(1,6,7), Kígyóuborka kg -
		Energia: 285,27 Kcal / 1 192,43 KJ	Energia: 334,70 Kcal / 1 399,05 KJ	Energia: 290,94 Kcal / 1 216,13 KJ	Energia: 337,41 Kcal / 1 410,37 KJ	Energia: 346,72 Kcal / 1 449,29 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		12,86 g 8,86 g 4,54 g	14,24 g 7,07 g 4,16 g	13,41 g 3,65 g 3,11 g	14,43 g 5,64 g 2,92 g	15,69 g 9,98 g 4,29 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
33,73 g 0,34 g 0,94 g	47,16 g 12,44 g 1,31 g	43,20 g 2,78 g 0,80 g	54,39 g 0,66 g 1,10 g	43,78 g 2,57 g 0,81 g		
Ebéd	(00483) Gyermek (7-10 év)3x	Gulyásleves marh./7-10év/[1,3,9], Izes töltött nudli-[1], Gyüm.lé almálé 100% szűrt 1 l	Paradicsom leves/7-10év/[1,3,9], Sült csirkecomb /7-10év/, Rizibizi/7-10év/-, Gyüm.lé/veg. multi. 100% 1l	Lebbencsleves/7-10év-[1,3,9], Tarkabab főzelék 7-10év[1,7,(3,6,10,11)], Steak vagdalt/7-10év[1,3,(6,7)], Főtt tojás fél adag/7-10év/[3], Félbarna kenyér -[1,(6,7)]	Tejfölös karalábé leves [1,3,7,9,(6,12)], Örd.dombi sv.ap.hús/7-10év/[7,10,(1,12)], Bulgur köret /7-10év[1,(5,8,11,12)], Körte -	Zöldborsó leves mir./7-10év-[1,3,9], Serp.burg.virslivel/7-10év/-(1,6,7,10), Félbarna kenyér -[1,(6,7)], Gyüm. lé narancs 100%-os 1 l
		Energia: 799,75 Kcal / 3 342,96 KJ	Energia: 739,88 Kcal / 3 092,70 KJ	Energia: 795,08 Kcal / 3 323,43 KJ	Energia: 735,15 Kcal / 3 072,93 KJ	Energia: 764,83 Kcal / 3 196,99 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		21,08 g 22,53 g 3,68 g	31,55 g 26,38 g 3,88 g	33,97 g 27,35 g 6,86 g	30,55 g 27,36 g 6,12 g	24,80 g 29,66 g 7,85 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
118,68 g 29,16 g 2,71 g	87,58 g 9,32 g 2,31 g	92,12 g 6,02 g 3,08 g	82,35 g 16,25 g 2,82 g	94,33 g 2,25 g 3,22 g		



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Uzsonna	(00483) Gyermek (7-10 év)3x	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Baconos párna[3,7, (1,5,8,11)]			Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Tej. kiőrl. sajtos croissant [1,3,7]			Tejszelet-[1,7, (3,5,6,8,15)], Alma-			Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Croissant epres 50gr- [1,3,7,(5,6,8,11)]			Piskóta szel./FRUTTO/28gVEGY ES, Tej 1,5% 5%ÁFA[7]		
		Energia: 210,53 Kcal / 880,02 KJ			Energia: 246,79 Kcal / 1 031,58 KJ			Energia: 158,97 Kcal / 664,49 KJ			Energia: 276,55 Kcal / 1 155,98 KJ			Energia: 177,99 Kcal / 744,00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11,80 g	6,29 g	6,54 g	6,86 g	12,30 g	7,12 g	2,68 g	7,80 g	4,60 g	7,65 g	5,55 g	6,80 g	6,15 g	5,15 g	3,80 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
19,69 g	0,00 g	0,51 g	23,43 g	0,31 g	1,01 g	17,90 g	15,44 g	0,41 g	20,75 g	11,90 g	0,42 g	22,55 g	0,00 g	0,15 g		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

