

Heti étlap 2026.09.14. - 2026.09.18.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00483) Gyermekek (7-10 év)3x	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Korpás zsemle-[1], Vajkrém natúr[7], Kápia paprika	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Korpás zsemle-[1], Sonkaszalámi -(1,6,7), Delma margarin(1,7), Paradicsom -	Karamell /7-10év[7], Magvas zsemle-[1,3,7, (8,11)], Delma margarin (1,7), Sertés párizsi- (1,6,7,10), Kígyóuborka kg -	Gyümölcs tea , Korpás zsemle-[1], Kenőmájás - (1,6,7,10), Jégsaláta -	Tejeskávé[1,7], Tojáskrém[3,7,10,(1,12)], Korpás zsemle-[1], Lilahagyma -
		Energia: 262,34 Kcal / 1 096,58 KJ	Energia: 243,95 Kcal / 1 019,71 KJ	Energia: 363,09 Kcal / 1 517,72 KJ	Energia: 308,94 Kcal / 1 291,37 KJ	Energia: 317,30 Kcal / 1 326,31 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		9,03 g 9,07 g 5,53 g	11,92 g 5,62 g 3,17 g	15,30 g 10,28 g 5,22 g	9,79 g 6,09 g 2,77 g	14,18 g 6,94 g 4,06 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00483) Gyermekek (7-10 év)3x	Paradicsom leves/7- 10év/[1,3,9], Örd.dombi sv.ap.hús/7-10év/[7,10, (1,12)], Bulgur köret /7- 10év[1,(5,8,11,12)], Banán -	Zöldségleves tésztával/7- 10év/[1,3,9,(6,7,12)], Burgonya főzelék/7-10év/ [1,7], Sült virsli/7-10év/ (1,6,7,10), Félbarna kenyér -[1,(6,7)], Gyüm.lé almalé 100% szűrt 1 l	Zöldborsó leves mir./7- 10év-[1,3,9], Bácskai rizseshús/7-10év/-, Csemege uborka -[10], Körte -	Tejf.karfiollev.mir./7- 10év/[1,3,7,9], Lasagne/7- 10év[1,3,7], Alma-	Magy.burgonyalev./7- 10év/-[1,9], Tarkabab főzelék 7-10év[1,7, (3,6,10,11)], Stefánia vagdalt [1,3,(6,7)], Félbarna kenyér -[1,(6,7)], Gyüm.lé/vegy.multi.100% 1l
		Energia: 818,65 Kcal / 3 421,96 KJ	Energia: 907,97 Kcal / 3 795,31 KJ	Energia: 713,34 Kcal / 2 981,76 KJ	Energia: 664,84 Kcal / 2 779,03 KJ	Energia: 838,06 Kcal / 3 503,09 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		29,67 g 26,48 g 4,98 g	23,69 g 40,66 g 11,51 g	34,64 g 22,25 g 4,70 g	32,09 g 27,59 g 8,50 g	35,26 g 26,64 g 6,66 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		104,62 g 42,90 g 2,52 g	102,14 g 29,52 g 3,65 g	89,17 g 1,93 g 2,22 g	67,43 g 8,24 g 3,09 g	104,27 g 5,67 g 3,32 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00483) Gyermekek (7-10 év)3x	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Graham túrós táska[1,3,7, (5,6,8,11)]	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Baconos párná[3,7, (1,5,8,11)]	Tönköly kifli[1,3, (5,7,8,11)], Gyümölcs joghurt[7,(1)]	Tej 1,5% 5%ÁFA[7], Graham almás táska [1,3,7,(5,6,8,11)]	Tejszelet-[1,7, (3,5,6,8,15)]
		Energia: 203,23 Kcal / 849,50 KJ	Energia: 201,44 Kcal / 842,02 KJ	Energia: 276,07 Kcal / 1 153,97 KJ	Energia: 273,39 Kcal / 1 142,77 KJ	Energia: 117,22 Kcal / 489,98 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		8,71 g 2,49 g 2,69 g	11,22 g 6,19 g 6,34 g	10,28 g 4,67 g 3,44 g	8,98 g 2,74 g 3,20 g	2,20 g 7,80 g 4,60 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

