Heti étlap 2025.03.03. - 2025.03.07.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Refrom tea mézzel, Gombakrémes melegszendvics, Paradicsom	Házi gyümölcsjoghurt, Rozsos Bagett-lenmagos	Refrom tea barna cukorral, Halkrém konz. 4-6 év, Tönköly zsemle, teljeskiőrlésű, Uborka, Kápia paprika	Refrom tea barna cukorral, Diós zellerkrém, Rozsos Buci, Zöldpaprika	Erdei gyüm.-kakaós tejbebulgur
		Energia: 301,86 Kcal / 1 261,77 Kj	Energia: 473,34 Kcal / 1 978,56 Kj	Energia: 266,05 Kcal / 1 112,09 Kj	Energia: 250,81 Kcal / 1 048,39 Kj	Energia: 200,90 Kcal / 839,76 Kj
		Fehérje 11,69 g; Zsír 14,20 g; T.Zsírsav 7,46 g	Fehérje 17,28 g; Zsír 12,48 g; T.Zsírsav 4,79 g	Fehérje 10,84 g; Zsír 9,29 g; T.Zsírsav 1,61 g	Fehérje 8,13 g; Zsír 4,87 g; T.Zsírsav 2,27 g	Fehérje 9,24 g; Zsír 6,65 g; T.Zsírsav 3,37 g
		Szénhidrát 31,44 g; Cukor 1,62 g; Só 0,59 g	Szénhidrát 73,28 g; Cukor 7,22 g; Só 1,52 g	Szénhidrát 39,27 g; Cukor 2,24 g; Só 1,28 g	Szénhidrát 42,09 g; Cukor 2,15 g; Só 1,30 g	Szénhidrát 25,75 g; Cukor 0,00 g; Só 0,25 g
Ebéd	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Legényfogólev.fris 4-6 , Túrós kölesfelfújt, Körte	Karalábékrémleves, Afrikai harcsapaprikás, Zablisztes galuska köret , Káposzta saláta 4-6 év	Gyümölcslé I-es különféle, Rakott cukkini (friss) 4-6 év, Banán	Dubarry brokkolival reform, Kuszkusz köret 4-6 év, Mandarin	Szilvakrémleves mandulával 4-6, Sült csirkecomb filé 4-6 év, Édesburgonya hasáb, Párolt vegyes zöldség
		Energia: 565,01 Kcal / 2 361,74 Kj	Energia: 474,08 Kcal / 1 981,65 Kj	Energia: 537,14 Kcal / 2 245,25 Kj	Energia: 333,21 Kcal / 1 392,82 Kj	Energia: 358,77 Kcal / 1 499,66 Kj
		Fehérje 29,82 g; Zsír 25,96 g; T.Zsírsav 9,61 g	Fehérje 28,84 g; Zsír 21,18 g; T.Zsírsav 7,56 g	Fehérje 18,13 g; Zsír 23,32 g; T.Zsírsav 8,68 g	Fehérje 42,54 g; Zsír 20,00 g; T.Zsírsav 8,94 g	Fehérje 23,42 g; Zsír 13,74 g; T.Zsírsav 3,02 g
		Szénhidrát 52,29 g; Cukor 6,40 g; Só 1,57 g	Szénhidrát 48,89 g; Cukor 2,00 g; Só 4,23 g	Szénhidrát 73,59 g; Cukor 0,00 g; Só 1,19 g	Szénhidrát 21,47 g; Cukor 0,01 g; Só 2,56 g	Szénhidrát 50,26 g; Cukor 4,00 g; Só 3,09 g

Heti étlap 2025.03.03. - 2025.03.07.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Sárgarépás tojáskrém, Rozsos stangli, Jégcsapretek	Karfiolkrém, Teljeskiőrlésű kenyér, Jégsaláta	Eidami sajt, Magvas rozskenyér, Waldorf saláta	Masc. túrókrém almás 4-6 év, Teljeskiőrlésű kenyér	Avokadókrém , Burgonyás kenyér, Kaliforniai paprika
		Energia: 272,02 Kcal / 1 137,04 Kj	Energia: 190,70 Kcal / 797,13 Kj	Energia: 410,88 Kcal / 1 717,48 Kj	Energia: 219,75 Kcal / 918,56 Kj	Energia: 289,69 Kcal / 1 210,90 Kj
		Fehérje: 8,83 g; Zsír: 12,25 g; T.Zsírsav: 2,81 g	Fehérje: 3,84 g; Zsír: 7,17 g; T.Zsírsav: 1,88 g	Fehérje: 19,29 g; Zsír: 18,81 g; T.Zsírsav: 10,18 g	Fehérje: 10,72 g; Zsír: 5,45 g; T.Zsírsav: 2,99 g	Fehérje: 6,24 g; Zsír: 17,28 g; T.Zsírsav: 3,53 g
		Szénhidrát: 34,06 g; Cukor: 0,21 g; Só: 1,04 g	Szénhidrát: 25,95 g; Cukor: 0,18 g; Só: 0,78 g	Szénhidrát: 38,63 g; Cukor: 0,30 g; Só: 0,93 g	Szénhidrát: 29,28 g; Cukor: 2,18 g; Só: 0,73 g	Szénhidrát: 31,56 g; Cukor: 0,25 g; Só: 1,78 g

. . . . . .
Élelmezési osztályvezető

. . . . . .
Vezető dietetikus

. . . . . .
Gazdaságvezető