Heti étlap 2025.03.24. - 2025.03.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Kakaó főzős , Teavaj, Molnárka	Tea gyümölcsös , Mozzarella sajt, Margarin, Kenyér, Paradicsom	Tej 2dl, Marhapárizsi , Margarin, Rozsos kenyér, Zöldpaprika	Tejeskávé , Rozsos stangli, Vajkrém magyaros, Uborka	Tej 2dl, Prágai sonka, Margarin, Burgonyás kenyér, Paradicsom
		Energia: 267,65 Kcal / 1 118,78 Kj	Energia: 213,61 Kcal / 892,89 Kj	Energia: 125,61 Kcal / 525,05 Kj	Energia: 528,11 Kcal / 2 207,50 Kj	Energia: 204,23 Kcal / 853,68 Kj
		Fehérje: 13,18 g; Zsír: 20,61 g; T.Zsírsav: 9,83 g	Fehérje: 7,27 g; Zsír: 10,96 g; T.Zsírsav: 3,52 g	Fehérje: 10,17 g; Zsír: 12,61 g; T.Zsírsav: 3,90 g	Fehérje: 16,05 g; Zsír: 36,28 g; T.Zsírsav: 14,74 g	Fehérje: 10,88 g; Zsír: 15,40 g; T.Zsírsav: 5,17 g
		Szénhidrát: 57,79 g; Cukor: 5,00 g; Só: 1,05 g	Szénhidrát: 32,49 g; Cukor: 6,60 g; Só: 1,04 g	Szénhidrát: 33,08 g; Cukor: 0,18 g; Só: 1,99 g	Szénhidrát: 59,42 g; Cukor: 15,20 g; Só: 1,17 g	Szénhidrát: 34,91 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,48 g
Ebéd	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Banán, Csirkepörkölt , Tészta köret , Fejes saláta	Alma, Szárazbabfőzelék , Sült pulykacomb filé , Kenyér	Körte, Csőbensült royal-csirke, Kuszkusz köret	Banán, Marhagulyás , Tejberizs , Meggy öntett	Alma, Burgonya főzelék , Vagdalt sertés , Kenyér
		Energia: 423,90 Kcal / 1 771,90 Kj	Energia: 512,66 Kcal / 2 142,92 Kj	Energia: 359,60 Kcal / 1 503,13 Kj	Energia: 618,11 Kcal / 2 583,70 Kj	Energia: 451,61 Kcal / 1 887,73 Kj
		Fehérje: 31,77 g; Zsír: 7,00 g; T.Zsírsav: 1,02 g	Fehérje: 32,98 g; Zsír: 14,92 g; T.Zsírsav: 4,12 g	Fehérje: 31,93 g; Zsír: 20,38 g; T.Zsírsav: 6,69 g	Fehérje: 22,29 g; Zsír: 18,56 g; T.Zsírsav: 6,17 g	Fehérje: 24,26 g; Zsír: 14,60 g; T.Zsírsav: 4,30 g
		Szénhidrát: 60,46 g; Cukor: 3,00 g; Só: 2,41 g	Szénhidrát: 67,96 g; Cukor: 0,96 g; Só: 1,85 g	Szénhidrát: 32,14 g; Cukor: 0,00 g; Só: 2,09 g	Szénhidrát: 114,52 g; Cukor: 28,77 g; Só: 1,76 g	Szénhidrát: 60,71 g; Cukor: 0,99 g; Só: 2,07 g

Heti étlap 2025.03.24. - 2025.03.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Tea gyümölcsös , Kőrözött túró , Rozsos kenyér, Zöldpaprika	Tea gyümölcsös , Pikáns halkrém , Rozsos kenyér, Savanyú káposzta	Tea gyümölcsös , Padlizsánkrém , Kenyér, Paradicsom	Tea gyümölcsös , Tojáskrém , Kukoricás kenyér, Lilahagyma	Kockasajt 8 db-os, Rozsos kenyér, Kápia paprika
		Energia: 163,43 Kcal / 683,14 Kj	Energia: 236,43 Kcal / 988,28 Kj	Energia: 204,86 Kcal / 856,31 Kj	Energia: 188,55 Kcal / 788,14 Kj	Energia: 170,46 Kcal / 712,52 Kj
		Fehérje: 4,81 g; Zsír: 3,73 g; T.Zsírsav: 1,67 g	Fehérje: 5,59 g; Zsír: 15,39 g; T.Zsírsav: 2,70 g	Fehérje: 3,21 g; Zsír: 5,93 g; T.Zsírsav: 1,11 g	Fehérje: 4,57 g; Zsír: 9,03 g; T.Zsírsav: 1,90 g	Fehérje: 4,88 g; Zsír: 4,07 g; T.Zsírsav: 2,39 g
		Szénhidrát: 31,53 g; Cukor: 5,55 g; Só: 0,93 g	Szénhidrát: 31,15 g; Cukor: 5,18 g; Só: 1,33 g	Szénhidrát: 34,53 g; Cukor: 6,60 g; Só: 0,79 g	Szénhidrát: 35,26 g; Cukor: 5,00 g; Só: 0,82 g	Szénhidrát: 26,10 g; Cukor: 0,18 g; Só: 1,02 g

. . . . . .
Élelmezési
osztályvezető

. . . . . .
Vezető
dietetikus

. . . . . .
Gazdaságvezető