Heti étlap 2025.03.31. - 2025.04.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Házi meggyes joghurt, Rozsos stangli	Refrom tea mézzel, Cukkinis tojáslepény, Rozsos kenyér, Paradicsom	Refrom tea mézzel, Brokkolikrém , Sajtos stangli	Sült zabkása banánnal	Refrom tea mézzel, Avokadókrém , Burgonyás kenyér
		Energia: 406,43 Kcal / 1 698,88 Kj	Energia: 206,18 Kcal / 861,83 Kj	Energia: 9,51 Kcal / 39,75 Kj	Energia: 159,71 Kcal / 667,59 Kj	Energia: 296,84 Kcal / 1 240,79 Kj
		Fehérje: 14,46 g; Zsír: 14,98 g; T.Zsírsav: 1,51 g; Szénhidrát: 53,30 g; Cukor: 0,21 g; Só: 0,88 g	Fehérje: 7,03 g; Zsír: 4,84 g; T.Zsírsav: 1,40 g; Szénhidrát: 31,00 g; Cukor: 1,80 g; Só: 0,85 g	Fehérje: 1,96 g; Zsír: 3,10 g; T.Zsírsav: 1,64 g; Szénhidrát: 3,48 g; Cukor: 1,62 g; Só: 0,24 g	Fehérje: 11,69 g; Zsír: 5,45 g; T.Zsírsav: 2,36 g; Szénhidrát: 39,78 g; Cukor: 0,00 g; Só: 0,32 g	Fehérje: 5,81 g; Zsír: 17,14 g; T.Zsírsav: 3,52 g; Szénhidrát: 30,19 g; Cukor: 1,62 g; Só: 1,78 g
Ebéd	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Karfiolkrémleves , Rakott sárgarépa hajdinával, Mandarin	Zöldségleves árpagyönggyel, Zablisztes tökfőzelék 4-6 év, Fűszeres csirkecomb filé 4-6 é, Alma	Mediterrán pulykamell 4-6 év, Párolt bulgur, Görög saláta 4-6 év, Körte	Gombaleves friss magyaros 4-6 év, Csőbensült zöldséges harcsa, Kuszkusz köret , Banán	Gyümölcslé 100%, Gyros tál édesburgonyával, Narancs
		Energia: 628,36 Kcal / 2 626,54 Kj	Energia: 365,19 Kcal / 1 526,49 Kj	Energia: 477,63 Kcal / 1 996,49 Kj	Energia: 428,84 Kcal / 1 792,55 Kj	Energia: 352,29 Kcal / 1 472,57 Kj
		Fehérje: 21,97 g; Zsír: 38,82 g; T.Zsírsav: 12,45 g; Szénhidrát: 58,55 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,57 g	Fehérje: 20,30 g; Zsír: 14,81 g; T.Zsírsav: 3,23 g; Szénhidrát: 36,40 g; Cukor: 2,00 g; Só: 4,25 g	Fehérje: 23,19 g; Zsír: 21,67 g; T.Zsírsav: 6,27 g; Szénhidrát: 46,79 g; Cukor: 0,00 g; Só: 3,01 g	Fehérje: 26,03 g; Zsír: 20,15 g; T.Zsírsav: 6,68 g; Szénhidrát: 58,91 g; Cukor: 0,00 g; Só: 6,78 g	Fehérje: 23,22 g; Zsír: 12,13 g; T.Zsírsav: 2,23 g; Szénhidrát: 41,13 g; Cukor: 0,00 g; Só: 2,18 g

Heti étlap 2025.03.31. - 2025.04.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Kukoricás kenyér, Trapista sajt, Farmersaláta	Sárgaborsókrém, Rozsos Buci, Savanyú káposzta	Sajtos zakuszka, Rozsos kenyér	Húskrém vajas 4-6 év, Tk. Tönköly zsemle, Lilahagyma, Pritamin paprika	Sokmagvas-sajtos túrókorong, Alma
		Energia: 237,04 Kcal / 990,83 Kj	Energia: 212,84 Kcal / 889,67 Kj	Energia: 167,06 Kcal / 698,31 Kj	Energia: 288,14 Kcal / 1 204,43 Kj	Energia: 198,50 Kcal / 829,73 Kj
		Fehérje: 8,95 g; Zsír: 6,24 g; T.Zsírsav: 3,66 g; Szénhidrát: 32,75 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,33 g	Fehérje: 8,50 g; Zsír: 2,43 g; T.Zsírsav: 0,42 g; Szénhidrát: 43,91 g; Cukor: 0,16 g; Só: 1,99 g	Fehérje: 5,71 g; Zsír: 3,38 g; T.Zsírsav: 1,87 g; Szénhidrát: 25,72 g; Cukor: 0,18 g; Só: 1,09 g	Fehérje: 9,87 g; Zsír: 10,59 g; T.Zsírsav: 5,13 g; Szénhidrát: 38,90 g; Cukor: 0,24 g; Só: 1,21 g	Fehérje: 17,34 g; Zsír: 9,44 g; T.Zsírsav: 5,25 g; Szénhidrát: 10,69 g; Cukor: 2,81 g; Só: 0,40 g

. . . . . .
Élelmezési osztályvezető

. . . . . .
Vezető dietetikus

. . . . . .
Gazdaságvezető