Heti étlap 2025.05.05. - 2025.05.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Refrom tea mézzel, Mascarponés melegszendvics 4-6[1,7], Pritamin paprika	Refrom tea barna cukorral, Tojásomlett [1,3,7], Rozsos kenyér[1], Paradicsom, Zöldhagyma	Refrom tea mézzel, Grillezett cukkini sajttal 4-6[7], Paradicsomkarikák olivaolajjal, Kukoricás kenyér[1]	Almás zabkása reform [1,7]	Refrom tea mézzel, Pikáns halkrém [3,4,10,(6,7,12)], Rozsos kenyér [1], Lilahagyma
		Energia: 228,38 Kcal / 954,63 Kj	Energia: 259,27 Kcal / 1 083,75 Kj	Energia: 256,02 Kcal / 1 070,16 Kj	Energia: 248,19 Kcal / 1 037,43 Kj	Energia: 222,60 Kcal / 930,47 Kj
		Fehérje: 10,46 g; Zsír: 6,98 g; T.Zsírsav: 3,88 g	Fehérje: 9,06 g; Zsír: 11,57 g; T.Zsírsav: 2,29 g	Fehérje: 5,93 g; Zsír: 8,63 g; T.Zsírsav: 2,45 g	Fehérje: 11,28 g; Zsír: 7,80 g; T.Zsírsav: 3,45 g	Fehérje: 5,96 g; Zsír: 15,40 g; T.Zsírsav: 4,95 g
		Szénhidrát: 29,12 g; Cukor: 1,62 g; Só: 1,24 g	Szénhidrát: 30,50 g; Cukor: 2,17 g; Só: 1,07 g	Szénhidrát: 35,17 g; Cukor: 1,62 g; Só: 1,64 g	Szénhidrát: 32,77 g; Cukor: 0,00 g; Só: 0,26 g	Szénhidrát: 30,94 g; Cukor: 1,80 g; Só: 1,12 g
		1,7	1,3,7	1,7	1,7	1,3,4,10,(6),(7),(12)
Ebéd	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Csirkemell rokf. sajtmárt. 4-6 éves[1,7], Párolt zöldséges köles, Banán	Gyümölcslé 100%, Toszkán rakott burgonya [1,7], Alma	Meggyleves [1,7], Pulykamell Kertészné módra 4-6, Párolt jázminrizs, Körte	Baconben sült camembert[7,(1)], Párolt bulgur[1], Coleslaw saláta [3,7,10,(12)], Narancs	Húsos zöldbableves[1], Narancsos-mákos muffin 4-6[1,3,7], Banán
		Energia: 462,76 Kcal / 1 934,34 Kj	Energia: 591,53 Kcal / 2 472,60 Kj	Energia: 583,73 Kcal / 2 439,99 Kj	Energia: 769,61 Kcal / 3 216,97 Kj	Energia: 442,59 Kcal / 1 850,03 Kj
		Fehérje: 34,99 g; Zsír: 18,29 g; T.Zsírsav: 8,82 g	Fehérje: 25,35 g; Zsír: 26,59 g; T.Zsírsav: 10,90 g	Fehérje: 26,12 g; Zsír: 18,98 g; T.Zsírsav: 4,53 g	Fehérje: 25,03 g; Zsír: 55,22 g; T.Zsírsav: 19,11 g	Fehérje: 17,48 g; Zsír: 17,82 g; T.Zsírsav: 4,88 g
		Szénhidrát: 69,41 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,90 g	Szénhidrát: 76,03 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,73 g	Szénhidrát: 81,75 g; Cukor: 0,00 g; Só: 3,37 g	Szénhidrát: 48,01 g; Cukor: 0,00 g; Só: 3,22 g	Szénhidrát: 52,33 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,49 g
		1,7	1,7	1,7	1,3,7,10,(12)	1,3,7
Uzsonna	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Brokkolikrém [7], Burgonyás kenyér[1], Uborka	Zakuszka padlizsános, Tk. Tönköly zsemle[1,(3,5,6,7,8,9,10,11)	Házi krémtúró refrom[7], Rozsos stangli[1], Alma	Karfiolkrém[7], Rozsos kenyér[1], Jégsaláta	Avokadókrém [3,7,10,(12)], Korpás kifli[1,(3,5,6,7,8,9,10,11)], Reform zöldség olivaolajjal
		Energia: 126,77 Kcal / 529,90 Kj	Energia: 242,20 Kcal / 1 012,40 Kj	Energia: 396,28 Kcal / 1 656,45 Kj	Energia: 190,70 Kcal / 797,13 Kj	Energia: 346,28 Kcal / 1 447,45 Kj
		Fehérje: 4,14 g; Zsír: 3,47 g; T.Zsírsav: 1,73 g	Fehérje: 8,16 g; Zsír: 5,62 g; T.Zsírsav: 0,68 g	Fehérje: 13,75 g; Zsír: 17,75 g; T.Zsírsav: 5,68 g	Fehérje: 3,84 g; Zsír: 7,17 g; T.Zsírsav: 1,88 g	Fehérje: 11,43 g; Zsír: 17,96 g; T.Zsírsav: 3,65 g
		Szénhidrát: 27,90 g; Cukor: 0,00 g; Só: 0,91 g	Szénhidrát: 37,59 g; Cukor: 0,24 g; Só: 2,06 g	Szénhidrát: 45,35 g; Cukor: 4,26 g; Só: 0,90 g	Szénhidrát: 25,95 g; Cukor: 0,18 g; Só: 0,78 g	Szénhidrát: 37,02 g; Cukor: 0,13 g; Só: 2,03 g
		1,7	1,(3),(5),(6),(7),(8),(9),(10),(11)	1,7	1,7	1,3,7,10,(5),(6),(8),(9),(11),(12)

.....	.....	.....
Élelmezési osztályvezető	Vezető dietetikus	Gazdaságvezető