Heti étlap 2025.05.26. - 2025.05.30.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Tea gyümölcsös , Főtt virsli, ketchup, Burgonyás kenyér[1]	Tej 2dl[7], Sajtos párizsi [7,(1,6)], Margarin, Kenyér [1], Retek piros	Tea gyümölcsös , Pannónia sajt(7), Rozsos kenyér[1], Margarin, Paradicsom	Tej 2dl[7], Vajkrém magyaros[7], Zsemle[1], Uborka	Házi gyümölcsjoghurt[7], Molnárka[1,3,7,(5,6,8,9,10,11)]
		Energia: 318,58 Kcal / 1 331,66 Kj	Energia: 239,41 Kcal / 1 000,73 Kj	Energia: 148,26 Kcal / 619,73 Kj	Energia: 450,00 Kcal / 1 881,00 Kj	Energia: 392,66 Kcal / 1 641,32 Kj
		Fehérje: 11,01 g; Zsír: 14,41 g; T.Zsírsav: 5,45 g	Fehérje: 8,20 g; Zsír: 12,65 g; T.Zsírsav: 4,84 g	Fehérje: 8,38 g; Zsír: 12,32 g; T.Zsírsav: 4,89 g	Fehérje: 11,91 g; Zsír: 34,75 g; T.Zsírsav: 16,92 g	Fehérje: 11,42 g; Zsír: 9,73 g; T.Zsírsav: 5,08 g
		Szénhidrát: 33,41 g; Cukor: 7,40 g; Só: 2,63 g	Szénhidrát: 34,32 g; Cukor: 1,60 g; Só: 1,05 g	Szénhidrát: 30,64 g; Cukor: 5,18 g; Só: 0,74 g	Szénhidrát: 40,41 g; Cukor: 0,17 g; Só: 1,07 g	Szénhidrát: 63,75 g; Cukor: 4,05 g; Só: 1,26 g
		1	1,7,(6)	1,(7)	1,7	1,3,7,(5),(6),(8),(9),(10),(11)
Ebéd	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Alma, Zöldborsófőzelék [1,7], Tojásfelfújt[1,3,7], Kenyér[1]	Gyümölcslé 100%, Csirkemájas rizseshús , Uborka saláta , Banán	Körte, Almaleves *mir* [1,7], Rántott halrúd [1,4,(2,3,6,7,9,10,11)], Burgonyapüré [7]	Alma, Tárkonyos csirkeraguleves[1,9], Darásmetélt ízzel [1,3,(12)]	Banán, Paradicsomos burgfőz [1], Húsgombóc pulyka [3], Kenyér[1]
		Energia: 363,49 Kcal / 1 519,39 Kj	Energia: 519,43 Kcal / 2 171,22 Kj	Energia: 503,75 Kcal / 2 105,68 Kj	Energia: 547,84 Kcal / 2 289,97 Kj	Energia: 585,47 Kcal / 2 447,26 Kj
		Fehérje: 21,99 g; Zsír: 10,80 g; T.Zsírsav: 2,67 g	Fehérje: 27,75 g; Zsír: 6,73 g; T.Zsírsav: 1,02 g	Fehérje: 14,98 g; Zsír: 15,06 g; T.Zsírsav: 5,68 g	Fehérje: 24,02 g; Zsír: 11,79 g; T.Zsírsav: 1,47 g	Fehérje: 20,50 g; Zsír: 11,08 g; T.Zsírsav: 2,37 g
		Szénhidrát: 57,70 g; Cukor: 2,96 g; Só: 1,42 g	Szénhidrát: 90,54 g; Cukor: 2,50 g; Só: 1,60 g	Szénhidrát: 110,16 g; Cukor: 28,37 g; Só: 1,63 g	Szénhidrát: 86,32 g; Cukor: 24,25 g; Só: 2,09 g	Szénhidrát: 98,78 g; Cukor: 10,95 g; Só: 2,24 g
		1,3,7		1,4,7,(2),(3),(6),(9),(10),(11)	1,3,9,(12)	1,3
Uzsonna	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Tea gyümölcsös , Svéd gombakrém[7], Rozsos kenyér[1]	Tea gyümölcsös , Kőrözött túró [7], Rozsos kenyér[1], Zöldpaprika	Tea gyümölcsös , Májaskrém házi, Kukoricás kenyér[1], Savanyú káposzta(12)	Tea gyümölcsös , Kockasajt 8 db-os[7], Rozsos kenyér[1], Jégsaláta	Tea gyümölcsös , Szendvicskrém[7], Rozsos stangli[1], Paradicsom
		Energia: 167,91 Kcal / 701,86 Kj	Energia: 190,65 Kcal / 796,92 Kj	Energia: 169,32 Kcal / 707,76 Kj	Energia: 184,69 Kcal / 772,00 Kj	Energia: 267,01 Kcal / 1 116,10 Kj
		Fehérje: 4,97 g; Zsír: 2,59 g; T.Zsírsav: 0,70 g	Fehérje: 4,87 g; Zsír: 3,81 g; T.Zsírsav: 1,50 g	Fehérje: 3,99 g; Zsír: 3,94 g; T.Zsírsav: 0,85 g	Fehérje: 4,84 g; Zsír: 4,03 g; T.Zsírsav: 2,39 g	Fehérje: 8,59 g; Zsír: 13,19 g; T.Zsírsav: 3,07 g
		Szénhidrát: 31,99 g; Cukor: 5,18 g; Só: 0,96 g	Szénhidrát: 31,65 g; Cukor: 5,53 g; Só: 0,93 g	Szénhidrát: 34,94 g; Cukor: 5,00 g; Só: 1,48 g	Szénhidrát: 30,19 g; Cukor: 5,18 g; Só: 1,03 g	Szénhidrát: 39,17 g; Cukor: 5,21 g; Só: 1,01 g
		1,7	1,7	1,(12)	1,7	1,7

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