Heti étlap 2025.05.26. - 2025.05.30.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Refrom tea mézzel, Almás mascarponés túrókrém [7], Erzsébet kenyér[1,7, (3,5,6,8,9,10,11)]	Refrom tea mézzel, Paradicsomos halkrém [4,7,(6)], Rozsos Buci[1, (3,5,6,7,8,9,10,11)]	Refrom tea mézzel, Olaszos melegszendvics [1,7], Uborka	Refrom tea mézzel, Brokkolikrém [7], Korpás kifli[1,(3,5,6,7,8,9,10,11)]	Banános kefírturmix 4-6 év[7], Rozsos stangli[1]
		Energia: 237,67 Kcal / 993,46 Kj	Energia: 287,16 Kcal / 1 200,33 Kj	Energia: 239,22 Kcal / 999,94 Kj	Energia: 148,84 Kcal / 622,15 Kj	Energia: 441,19 Kcal / 1 844,17 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		12,09 g / 6,12 g / 3,56 g	10,45 g / 9,61 g / 3,37 g	8,19 g / 9,66 g / 2,85 g	6,15 g / 3,54 g / 1,85 g	12,14 g / 12,53 g / 3,41 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		32,94 g / 6,18 g / 0,70 g	38,29 g / 1,78 g / 1,51 g	27,80 g / 1,62 g / 0,31 g	32,60 g / 1,75 g / 1,05 g	68,84 g / 8,31 g / 0,96 g
		1,7,(3),(5),(6),(8),(9),(10),(11)	1,4,7,(3),(5),(6),(8),(9),(10),(11)	1,7	1,7,(3),(5),(6),(8),(9),(10),(11)	1,7
Ebéd	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Dubarry szelet *mir.* reform[1,3,7], Kuszkusz köret [1], Alma	Vegyes gyümölcsleves zablisztes[1,7], Sajtos lazac 4-6 év[4,7], Édesburgonyapüré[7], Uborka saláta	Fokhagymakrémleves [1,7], Indiai csirke[9,(12)], Párolt rizsköret , Narancs	Húsos zöldborsóleves[1], Bulgurfelfújt[1,3,7], Őszibarackmártás [1,7], Banán	Bakonyi csirke tokány [1,7], Zablisztes galuska köret[1,3], Paradicsomsaláta, Körte
		Energia: 368,96 Kcal / 1 542,25 Kj	Energia: 331,21 Kcal / 1 384,46 Kj	Energia: 483,57 Kcal / 2 021,32 Kj	Energia: 745,81 Kcal / 3 117,49 Kj	Energia: 360,03 Kcal / 1 504,93 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		25,75 g / 28,63 g / 9,89 g	20,50 g / 14,24 g / 7,21 g	30,15 g / 10,08 g / 2,65 g	28,43 g / 29,63 g / 7,76 g	26,07 g / 7,83 g / 2,02 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		29,44 g / 0,00 g / 5,40 g	71,06 g / 20,92 g / 2,45 g	70,38 g / 0,00 g / 2,22 g	141,52 g / 58,36 g / 2,76 g	54,42 g / 5,00 g / 2,37 g
		1,3,7	1,4,7	1,7,9,(12)	1,3,7	1,3,7
Uzsonna	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Májaskrém házi[7], Rozsos kenyér[1], Lilahagyma, Kápia paprika	Pannónia sajt(7), Rozsos kenyér[1], Farmersaláta [7]	Almás zabpehely aprósüti[1,3,7], Natúr joghurt[7]	Töltött tojás 4-6 év[3,10,(12)], Burgonyás kenyér [1], Jégsaláta	Avokadókrém [3,7,10,(12)], Kukoricás kenyér[1]
		Energia: 171,54 Kcal / 717,04 Kj	Energia: 150,55 Kcal / 629,30 Kj	Energia: 555,44 Kcal / 2 321,74 Kj	Energia: 193,58 Kcal / 809,16 Kj	Energia: 298,10 Kcal / 1 246,06 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		5,28 g / 3,99 g / 0,93 g	10,00 g / 6,35 g / 3,68 g	14,90 g / 24,60 g / 8,41 g	7,77 g / 5,25 g / 1,33 g	5,19 g / 17,17 g / 3,50 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		28,61 g / 0,18 g / 1,24 g	29,19 g / 0,18 g / 0,87 g	67,44 g / 14,99 g / 0,60 g	26,73 g / 0,00 g / 1,42 g	30,34 g / 0,00 g / 1,81 g
		1,7	1,7	1,3,7	1,3,10,(12)	1,3,7,10,(12)

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