Heti étlap 2025.08.25. - 2025.08.29.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Refrom tea mézzel, Trapista sajt[7], Korpás kifli[1,(3,5,6,7,8,9,10,11)], Joghurtos saláta[7]	Házi gyümölcsjoghurt[7], Házi granola[1,(12)]	Refrom tea mézzel, Reform zöldség olivaolajjal, Húskrém , Burgonyás kenyér[1]	Refrom tea mézzel, Sajtos zakuszka[7], Rozsos kenyér[1]	Refrom tea mézzel, Brokkolis tojáslepény [1,3,7], Rozsos kenyér[1], Paradicsom
		Energia: 262,46 Kcal / 1 097,08 Kj	Energia: 381,62 Kcal / 1 595,17 Kj	Energia: 153,85 Kcal / 643,09 Kj	Energia: 174,21 Kcal / 728,20 Kj	Energia: 203,55 Kcal / 850,84 Kj
		Fehérje: 11,71 g; Zsír: 6,97 g; T.Zsírsav: 4,18 g	Fehérje: 16,77 g; Zsír: 15,80 g; T.Zsírsav: 6,79 g	Fehérje: 5,21 g; Zsír: 4,48 g; T.Zsírsav: 1,05 g	Fehérje: 5,78 g; Zsír: 3,40 g; T.Zsírsav: 1,88 g	Fehérje: 6,94 g; Zsír: 4,80 g; T.Zsírsav: 1,40 g
		Szénhidrát: 37,36 g; Cukor: 1,75 g; Só: 2,43 g	Szénhidrát: 62,99 g; Cukor: 14,65 g; Só: 0,10 g	Szénhidrát: 29,34 g; Cukor: 1,62 g; Só: 1,30 g	Szénhidrát: 27,37 g; Cukor: 1,80 g; Só: 1,10 g	Szénhidrát: 30,51 g; Cukor: 1,80 g; Só: 0,85 g
		1,7,(3),(5),(6),(8),(9),(10),(11)	1,7,(12)	1	1,7	1,3,7
Ebéd	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Legényfogóleves[1,9], Zablisztes palacsinta [1,3,7], Mascarponés túrókrém 4-6 év[7], Őszibarack	Gyümölcslé 100%, Csirkemell rokf. sajtmárt. 4-6 éves[1,7], Rizi-bizi , Banán	Zöldborsófőzelék tk. lisztből[1,7], Tojásvagdalt [1,3], Sárgadinnye	Karalábékrémleves [1,7,9], Indiai csirke[9,(12)], Kuszkusz köret [1], Alma	Baconbe göngyölt aszalt szilvás pulykame, Édesburgonyapüré[7], Nyári saláta[10,(12)], Szőlő
		Energia: 451,37 Kcal / 1 886,73 Kj	Energia: 530,15 Kcal / 2 216,03 Kj	Energia: 254,59 Kcal / 1 064,19 Kj	Energia: 423,36 Kcal / 1 769,64 Kj	Energia: 368,21 Kcal / 1 539,12 Kj
		Fehérje: 21,75 g; Zsír: 24,92 g; T.Zsírsav: 6,10 g	Fehérje: 34,45 g; Zsír: 18,36 g; T.Zsírsav: 8,56 g	Fehérje: 13,96 g; Zsír: 4,87 g; T.Zsírsav: 1,00 g	Fehérje: 26,78 g; Zsír: 20,72 g; T.Zsírsav: 5,17 g	Fehérje: 21,81 g; Zsír: 25,43 g; T.Zsírsav: 8,98 g
		Szénhidrát: 42,30 g; Cukor: 17,01 g; Só: 3,23 g	Szénhidrát: 87,02 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,50 g	Szénhidrát: 45,10 g; Cukor: 5,01 g; Só: 2,16 g	Szénhidrát: 35,16 g; Cukor: 0,00 g; Só: 4,10 g	Szénhidrát: 66,51 g; Cukor: 0,00 g; Só: 2,69 g
		1,3,7,9	1,7	1,3,7	1,7,9,(12)	7,10,(1),(12)
Uzsonna	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Májaskrém házi[7], Kukoricás kenyér[1], Paradicsom, Kápia paprika	Zöldséges rétes[1,3,7]	Almás zabpehely aprósüti[1,3,7], Kefír[7]	Paradicsomos halkrém [4,7,(6)], Rozsos Bagett[1,(3,5,6,7,8,9,10,11)], Lilahagyma	Zöldségkrém [7], Rozsos Zsemle[1]
		Energia: 188,89 Kcal / 789,56 Kj	Energia: 848,73 Kcal / 3 547,69 Kj	Energia: 428,35 Kcal / 1 790,50 Kj	Energia: 346,96 Kcal / 1 450,29 Kj	Energia: 179,03 Kcal / 748,35 Kj
		Fehérje: 4,18 g; Zsír: 3,92 g; T.Zsírsav: 0,92 g	Fehérje: 33,19 g; Zsír: 14,91 g; T.Zsírsav: 6,06 g	Fehérje: 14,94 g; Zsír: 25,60 g; T.Zsírsav: 11,61 g	Fehérje: 13,13 g; Zsír: 9,31 g; T.Zsírsav: 3,39 g	Fehérje: 5,46 g; Zsír: 5,26 g; T.Zsírsav: 2,91 g
		Szénhidrát: 31,04 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,22 g	Szénhidrát: 156,40 g; Cukor: 0,01 g; Só: 4,52 g	Szénhidrát: 67,44 g; Cukor: 14,99 g; Só: 0,45 g	Szénhidrát: 55,61 g; Cukor: 0,22 g; Só: 1,96 g	Szénhidrát: 35,95 g; Cukor: 0,16 g; Só: 1,22 g
		1,7	1,3,7	1,3,7	1,4,7,(3),(5),(6),(8),(9),(10),(11)	1,7

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