Heti étlap 2025.09.29. - 2025.10.03.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Karamell[7], Natúr vajkrém[7], Zsemle[1], Uborka	Tea gyümölcsös , Marhapárizsi , Margarin, Rozsos kenyér[1], Paradicsom	Tea gyümölcsös , Mediterrán tojáskrém [3,10,(7,12)], Burgonyás kenyér[1], Póréhagyma	Tej 2dl[7], Borjúmájas (1,6,7,10), Rozsos stangli [1], Lilahagyma	Tea gyümölcsös , Mozzarella sajt[7], Margarin, Kenyér[1], Paradicsom
		Energia: 186,30 Kcal / 778,73 Kj	Energia: 148,26 Kcal / 619,73 Kj	Energia: 194,42 Kcal / 812,68 Kj	Energia: 302,45 Kcal / 1 264,24 Kj	Energia: 213,61 Kcal / 892,89 Kj
		Fehérje: 12,06 g; Zsír: 11,50 g; T.Zsírsav: 5,73 g	Fehérje: 5,08 g; Zsír: 10,34 g; T.Zsírsav: 2,69 g	Fehérje: 4,43 g; Zsír: 6,86 g; T.Zsírsav: 1,31 g	Fehérje: 16,12 g; Zsír: 17,07 g; T.Zsírsav: 5,26 g	Fehérje: 7,27 g; Zsír: 10,96 g; T.Zsírsav: 3,52 g
		Szénhidrát: 51,77 g; Cukor: 10,16 g; Só: 1,13 g	Szénhidrát: 30,73 g; Cukor: 5,18 g; Só: 1,79 g	Szénhidrát: 33,04 g; Cukor: 5,00 g; Só: 0,82 g	Szénhidrát: 42,55 g; Cukor: 0,21 g; Só: 1,64 g	Szénhidrát: 32,49 g; Cukor: 6,60 g; Só: 1,04 g
		1,7	1	1,3,10,(7),(12)	1,7,(6),(10)	1,7
Ebéd	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Szőlő, Serpenyős burgonya kolbásszal 4-6 év(1), Céklasaláta, Kenyér[1]	Alma, Fokhagymakrémleves [1,3,7,(6,10,11)], Dubarry szelet [1,3,7], Párolt rizsköret	Körte, Májgaluska leves [1,3,9], Túrós metélt [1,3,7]	Banán, Cukkini főzelék [1,7], Sertés sült , Kenyér [1]	Gyümölcslé 100%, Szőlő, Párisi csirkemell [1,3,7], Burgonyapüré [7]
		Energia: 662,62 Kcal / 2 769,75 Kj	Energia: 631,26 Kcal / 2 638,67 Kj	Energia: 366,40 Kcal / 1 531,55 Kj	Energia: 463,49 Kcal / 1 937,39 Kj	Energia: 669,24 Kcal / 2 797,42 Kj
		Fehérje: 16,07 g; Zsír: 23,59 g; T.Zsírsav: 6,11 g	Fehérje: 36,93 g; Zsír: 31,25 g; T.Zsírsav: 9,48 g	Fehérje: 20,95 g; Zsír: 11,04 g; T.Zsírsav: 3,69 g	Fehérje: 23,92 g; Zsír: 17,19 g; T.Zsírsav: 4,44 g	Fehérje: 24,60 g; Zsír: 35,23 g; T.Zsírsav: 5,96 g
		Szénhidrát: 95,31 g; Cukor: 7,91 g; Só: 4,82 g	Szénhidrát: 78,35 g; Cukor: 0,00 g; Só: 2,93 g	Szénhidrát: 52,95 g; Cukor: 1,11 g; Só: 2,36 g	Szénhidrát: 58,16 g; Cukor: 0,96 g; Só: 2,07 g	Szénhidrát: 77,50 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,75 g
		1	1,3,7,(6),(10),(11)	1,3,7,9	1,7	1,3,7
Uzsonna	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Tea gyümölcsös , Halkrém [3,4,7,10,(6)], Rozsos kenyér[1], Lilahagyma	Tea gyümölcsös , Szendvicskrém[7], Kenyér [1], Zöldpaprika	Tea gyümölcsös , Padlizsánkrém [3,7,10], Rozsos kenyér[1]	Tea gyümölcsös , Natúr Sajtkrém[7], Kukoricás kenyér[1], Sárgarépa	Tea gyümölcsös , Húskrém cs. comb [7], Rozsos kenyér[1], Zöldpaprika
		Energia: 205,26 Kcal / 857,99 Kj	Energia: 152,65 Kcal / 638,08 Kj	Energia: 193,34 Kcal / 808,16 Kj	Energia: 165,89 Kcal / 693,42 Kj	Energia: 251,72 Kcal / 1 052,19 Kj
		Fehérje: 5,50 g; Zsír: 8,84 g; T.Zsírsav: 2,29 g	Fehérje: 3,13 g; Zsír: 4,35 g; T.Zsírsav: 2,02 g	Fehérje: 3,48 g; Zsír: 6,01 g; T.Zsírsav: 1,10 g	Fehérje: 3,41 g; Zsír: 3,53 g; T.Zsírsav: 1,71 g	Fehérje: 5,61 g; Zsír: 19,72 g; T.Zsírsav: 8,01 g
		Szénhidrát: 31,81 g; Cukor: 5,18 g; Só: 0,89 g	Szénhidrát: 32,74 g; Cukor: 6,60 g; Só: 0,80 g	Szénhidrát: 31,36 g; Cukor: 5,18 g; Só: 0,79 g	Szénhidrát: 36,72 g; Cukor: 5,00 g; Só: 1,02 g	Szénhidrát: 31,05 g; Cukor: 5,18 g; Só: 0,87 g
		1,3,4,7,10,(6)	1,7	1,3,7,10	1,7	1,7

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