Heti étlap 2025.10.27. - 2025.10.31.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Karamell[7], Tavaszi felvágott, Margarin, Rozsos kenyér[1], Zöldpaprika	Tej 2dl[7], Gabonapehely, natur[1]	Tea gyümölcsös , Mozzarella sajt[7], Margarin, Sajtos stangli, Jégsaláta	Tea gyümölcsös , Cukkinis tojásomlett [3,7], Burgonyás kenyér[1]	Tej 2dl[7], Zöldfűszeres vajkrém[7], Rozsos Zsemle[1], Pritamin paprika
		Energia: 189,01 Kcal / 790,06 Kj	Energia: 161,77 Kcal / 676,20 Kj	Energia: 81,38 Kcal / 340,17 Kj	Energia: 238,20 Kcal / 995,68 Kj	Energia: 184,54 Kcal / 771,38 Kj
		Fehérje: 10,96 g; Zsír: 11,25 g; T.Zsírsav: 3,49 g	Fehérje: 11,10 g; Zsír: 3,25 g; T.Zsírsav: 1,22 g	Fehérje: 5,21 g; Zsír: 10,53 g; T.Zsírsav: 3,42 g	Fehérje: 7,70 g; Zsír: 8,05 g; T.Zsírsav: 1,69 g	Fehérje: 10,51 g; Zsír: 3,57 g; T.Zsírsav: 1,56 g
		Szénhidrát: 46,30 g; Cukor: 10,17 g; Só: 1,20 g	Szénhidrát: 39,95 g; Cukor: 0,00 g; Só: 0,20 g	Szénhidrát: 5,66 g; Cukor: 5,00 g; Só: 0,33 g	Szénhidrát: 31,64 g; Cukor: 5,00 g; Só: 1,00 g	Szénhidrát: 44,35 g; Cukor: 0,16 g; Só: 1,24 g
Ebéd	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Alma, Rakott kelbimbó 4-6 év[1,7,9]	Szőlő, Pulyka pörkölt , Párolt rizsköret , Uborka saláta	Körte, Burgonyaleves magyaros [1], Kölesfelfújt [3,7,(12)], Szörp, különféle	Alma, Zöldbabfőzelék [1,7], Vagdalt sajtos 4-6 év[1,3,7], Kenyér[1]	Banán, Hagymaleves [1,7], Bolognai spagetti [1,3,7,9]
		Energia: 630,31 Kcal / 2 634,70 Kj	Energia: 389,37 Kcal / 1 627,57 Kj	Energia: 583,41 Kcal / 2 438,65 Kj	Energia: 518,02 Kcal / 2 165,32 Kj	Energia: 503,71 Kcal / 2 105,51 Kj
		Fehérje: 26,98 g; Zsír: 34,57 g; T.Zsírsav: 9,29 g	Fehérje: 20,12 g; Zsír: 10,12 g; T.Zsírsav: 2,53 g	Fehérje: 28,25 g; Zsír: 17,37 g; T.Zsírsav: 4,79 g	Fehérje: 27,37 g; Zsír: 26,82 g; T.Zsírsav: 9,57 g	Fehérje: 24,58 g; Zsír: 27,22 g; T.Zsírsav: 11,23 g
		Szénhidrát: 65,92 g; Cukor: 0,00 g; Só: 3,59 g	Szénhidrát: 59,33 g; Cukor: 2,50 g; Só: 1,75 g	Szénhidrát: 96,26 g; Cukor: 24,61 g; Só: 1,22 g	Szénhidrát: 46,81 g; Cukor: 1,00 g; Só: 2,68 g	Szénhidrát: 65,53 g; Cukor: 0,00 g; Só: 3,58 g
Uzsonna	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Tea gyümölcsös , Borjúmájas(1,6,7,10), Rozsos kenyér[1], Lilahagyma	Tea gyümölcsös , Sajtkrém[7], Kenyér[1], Paradicsom	Tea gyümölcsös , Pikáns halkrém [3,4,10,(6,7,12)], Rozsos kenyér[1], Savanyú káposzta(12)	Tea gyümölcsös , Kőrözött túró [7], Rozsos kenyér[1], Zöldpaprika	Tea gyümölcsös , Gépsonkakrém [7], Kukoricás kenyér[1], Uborka
		Energia: 204,81 Kcal / 856,11 Kj	Energia: 153,21 Kcal / 640,42 Kj	Energia: 236,43 Kcal / 988,28 Kj	Energia: 164,41 Kcal / 687,23 Kj	Energia: 169,48 Kcal / 708,43 Kj
		Fehérje: 6,08 g; Zsír: 6,09 g; T.Zsírsav: 2,62 g	Fehérje: 3,84 g; Zsír: 3,50 g; T.Zsírsav: 1,74 g	Fehérje: 5,64 g; Zsír: 15,40 g; T.Zsírsav: 2,70 g	Fehérje: 4,87 g; Zsír: 3,74 g; T.Zsírsav: 1,67 g	Fehérje: 4,24 g; Zsír: 5,94 g; T.Zsírsav: 2,62 g
		Szénhidrát: 31,65 g; Cukor: 5,18 g; Só: 1,28 g	Szénhidrát: 33,90 g; Cukor: 6,60 g; Só: 0,96 g	Szénhidrát: 31,32 g; Cukor: 5,18 g; Só: 1,38 g	Szénhidrát: 31,68 g; Cukor: 5,55 g; Só: 0,93 g	Szénhidrát: 33,28 g; Cukor: 5,00 g; Só: 0,81 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**					

. . . . . .
Élelmezési
osztályvezető

. . . . . .
Vezető
dietetikus

. . . . . .
Gazdaságvezető