Heti étlap 2025.11.17. - 2025.11.21.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Tej 2dl[7], Borjúmájas (1,6,7,10), Kenyér[1], Zöldpaprika	Tea gyümölcsös , Trapista sajt[7], Rozsos stangli[1], Margarin, Uborka	Házi gyümölcsjoghurt[7], Molnárka[1,3,7, (5,6,8,9,10,11)]	Tej 2dl[7], Pápai extrasonka, Margarin, Kukoricás kenyér[1], Retek piros	Tejeskávé [1,7], Natúr vajkrém[7], Zsemle[1], Pritamin paprika
		Energia: 194,66 Kcal / 813,68 Kj	Energia: 334,68 Kcal / 1 398,96 Kj	Energia: 392,66 Kcal / 1 641,32 Kj	Energia: 137,21 Kcal / 573,54 Kj	Energia: 324,54 Kcal / 1 356,58 Kj
		Fehérje: 10,60 g; Zsír: 8,26 g; T.Zsírsav: 3,84 g	Fehérje: 13,33 g; Zsír: 21,02 g; T.Zsírsav: 6,30 g	Fehérje: 11,42 g; Zsír: 9,73 g; T.Zsírsav: 5,08 g	Fehérje: 11,17 g; Zsír: 10,45 g; T.Zsírsav: 3,08 g	Fehérje: 11,18 g; Zsír: 14,10 g; T.Zsírsav: 7,90 g
		Szénhidrát: 34,83 g; Cukor: 1,60 g; Só: 1,47 g	Szénhidrát: 38,05 g; Cukor: 5,21 g; Só: 1,40 g	Szénhidrát: 63,75 g; Cukor: 4,05 g; Só: 1,26 g	Szénhidrát: 36,18 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,61 g	Szénhidrát: 56,27 g; Cukor: 15,16 g; Só: 0,93 g
Ebéd	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Paradicsom leves [1,3,9], Bácskai rizseshús , Uborka saláta , Alma	Milánói makaróni [1,3,7], Banán	Zöldborsófőzelék [1,7], Vajas párolt csirkemell [7], Kenyér[1], Mandarin	Palócleves friss 4-6 év [1,7], Almás-diós pite [1,3,7], Körte	Rakott burgonya kolbász-tojás [3,7], Céklasaláta, Banán
		Energia: 483,50 Kcal / 2 021,03 Kj	Energia: 548,63 Kcal / 2 293,27 Kj	Energia: 451,31 Kcal / 1 886,48 Kj	Energia: 454,81 Kcal / 1 901,11 Kj	Energia: 549,16 Kcal / 2 295,49 Kj
		Fehérje: 24,16 g; Zsír: 13,73 g; T.Zsírsav: 2,88 g	Fehérje: 25,13 g; Zsír: 25,46 g; T.Zsírsav: 9,16 g	Fehérje: 34,57 g; Zsír: 7,32 g; T.Zsírsav: 1,74 g	Fehérje: 20,24 g; Zsír: 20,64 g; T.Zsírsav: 5,96 g	Fehérje: 18,52 g; Zsír: 20,48 g; T.Zsírsav: 7,30 g
		Szénhidrát: 70,14 g; Cukor: 7,50 g; Só: 2,60 g	Szénhidrát: 54,75 g; Cukor: 4,40 g; Só: 2,65 g	Szénhidrát: 74,17 g; Cukor: 3,60 g; Só: 2,60 g	Szénhidrát: 62,98 g; Cukor: 10,74 g; Só: 1,52 g	Szénhidrát: 83,08 g; Cukor: 6,99 g; Só: 5,08 g
Uzsonna	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Tea gyümölcsös , Natúr Sajtkrém[7], Rozsos kenyér[1], Paradicsom	Tea gyümölcsös , Húskrém pulyka [7], Kenyér[1], Lilahagyma	Tea gyümölcsös , Avokadókrém [3,7,10, (12)], Rozsos kenyér[1]	Tea gyümölcsös , Snidlinges szendvicskrém [7], Rozsos kenyér[1]	Tea gyümölcsös , Túrókrém 4-6 év[7], Rozsos kenyér[1], Paradicsom
		Energia: 148,26 Kcal / 619,73 Kj	Energia: 165,21 Kcal / 690,58 Kj	Energia: 211,96 Kcal / 885,99 Kj	Energia: 155,39 Kcal / 649,53 Kj	Energia: 166,08 Kcal / 694,21 Kj
		Fehérje: 4,41 g; Zsír: 3,64 g; T.Zsírsav: 1,74 g	Fehérje: 4,60 g; Zsír: 5,14 g; T.Zsírsav: 1,10 g	Fehérje: 3,48 g; Zsír: 7,93 g; T.Zsírsav: 1,00 g	Fehérje: 5,00 g; Zsír: 2,71 g; T.Zsírsav: 0,09 g	Fehérje: 4,79 g; Zsír: 6,04 g; T.Zsírsav: 2,25 g
		Szénhidrát: 31,93 g; Cukor: 5,18 g; Só: 0,96 g	Szénhidrát: 34,72 g; Cukor: 6,60 g; Só: 0,86 g	Szénhidrát: 31,42 g; Cukor: 5,18 g; Só: 0,87 g	Szénhidrát: 30,29 g; Cukor: 5,18 g; Só: 0,72 g	Szénhidrát: 30,89 g; Cukor: 5,57 g; Só: 1,73 g

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

. . . . . .
Élelmezési
osztályvezető

. . . . . .
Vezető
dietetikus

. . . . . .
Gazdaságvezető