Heti étlap 2025.12.08. - 2025.12.14.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
Tízórai	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Vaníliás tej [7], Margarin, Kifli[1,7,(9)], Uborka	Tej 2dl[7], Párizsi, Margarin, Rozsos kenyér[1], Zöldpaprika	Tea gyümölcsös , Trappista sajt[7], Margarin, Rozsos stangli[1], Paradicsom	Tej 2dl[7], Csirkemell sonka, Margarin, Kenyér [1], Retek piros	Tejeskávé [1,7], Natúr vajkrém[7], Rozsos Bagett-lenmagos[1,11,(3,5,6,7,8,9, Kápia paprika	Tej 2dl[7], Gabonapehely, natur[1]
		Energia: 161,50 Kcal / 675,07 Kj	Energia: 130,85 Kcal / 546,95 Kj	Energia: 266,88 Kcal / 1 115,56 Kj	Energia: 146,61 Kcal / 612,83 Kj	Energia: 388,43 Kcal / 1 623,64 Kj	Energia: 161,77 Kcal / 676,20 Kj
		Fehérje 11,10 g; Zsír 10,38 g; T.Zsírsav 3,45 g; Szénhidrát 44,22 g; Cukor 5,99 g; Só 0,95 g	Fehérje 8,23 g; Zsír 9,34 g; T.Zsírsav 2,67 g; Szénhidrát 32,82 g; Cukor 0,18 g; Só 0,99 g	Fehérje 13,33 g; Zsír 21,05 g; T.Zsírsav 6,31 g; Szénhidrát 38,74 g; Cukor 5,21 g; Só 1,39 g	Fehérje 9,97 g; Zsír 9,20 g; T.Zsírsav 2,67 g; Szénhidrát 35,18 g; Cukor 1,60 g; Só 1,30 g	Fehérje 18,25 g; Zsír 17,54 g; T.Zsírsav 6,49 g; Szénhidrát 82,84 g; Cukor 15,21 g; Só 1,75 g	Fehérje 11,10 g; Zsír 3,25 g; T.Zsírsav 1,22 g; Szénhidrát 39,95 g; Cukor 0,00 g; Só 0,20 g
Ebéd	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Mandarin, Fokhagymakrémleves [1,3,7,(6,10,11)], Csőbensült royal-csirke[1,7], Kuszkusz köret [1]	Banán, Sóskafőzelék[1,7], Pulykasült (mell) 1-3 év, Burgonya sós 150 g	Kivi, Tárkonyos csirkeraguleves [1,9], Ízes bukta 4-6 év[1,3,7,(12)]	Banán, Székelykáposzta 4-6 év[1,7,(6,12)], Kenyér[1]	Póréhagymakrémleves [1,3,7], Sült csirkecomb filé , Édes burgonyapüré [7], Alma	Alma, Finomfőzelék [1,7], Vajas párolt csirkemell [7], Kenyér[1]
		Energia: 552,65 Kcal / 2 310,08 Kj	Energia: 517,84 Kcal / 2 164,57 Kj	Energia: 506,92 Kcal / 2 118,93 Kj	Energia: 456,54 Kcal / 1 908,34 Kj	Energia: 315,10 Kcal / 1 317,12 Kj	Energia: 372,08 Kcal / 1 555,29 Kj
		Fehérje 39,18 g; Zsír 32,76 g; T.Zsírsav 8,77 g; Szénhidrát 56,58 g; Cukor 0,00 g; Só 3,37 g	Fehérje 24,41 g; Zsír 15,43 g; T.Zsírsav 4,27 g; Szénhidrát 81,45 g; Cukor 9,99 g; Só 6,72 g	Fehérje 31,17 g; Zsír 9,48 g; T.Zsírsav 1,36 g; Szénhidrát 82,62 g; Cukor 28,99 g; Só 1,38 g	Fehérje 18,47 g; Zsír 20,12 g; T.Zsírsav 6,35 g; Szénhidrát 58,96 g; Cukor 0,96 g; Só 2,62 g	Fehérje 21,88 g; Zsír 26,94 g; T.Zsírsav 10,15 g; Szénhidrát 53,74 g; Cukor 0,00 g; Só 2,77 g	Fehérje 24,71 g; Zsír 14,25 g; T.Zsírsav 2,96 g; Szénhidrát 50,09 g; Cukor 5,96 g; Só 4,55 g
Uzsonna	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**						

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
Uzsonna	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Tea gyümölcsös , Kockasajt 8 db-os [7], Rozsos kenyér [1], Jégsaláta	Tea gyümölcsös , Tökmagos sajtkrém [7], Burgonyás kenyér[1], Sárgarépa	Tea gyümölcsös , Pikáns halkrém [3,4,10,(6,7,12)], Kenyér[1], Savanyú káposzta(12)	Tea gyümölcsös , Snidlinges szendvicskrém[7], Rozsos kenyér[1], Póréhagyma	Tea gyümölcsös , Húskrém pulyka [7], Kukoricás kenyér[1], Uborka	Tea gyümölcsös , Pannónia sajt(7), Margarin, Kifli[1,7,(9)], Zöldpaprika
		Energia: 184,69 Kcal / 772,00 Kj	Energia: 157,47 Kcal / 658,22 Kj	Energia: 241,38 Kcal / 1 008,97 Kj	Energia: 173,83 Kcal / 726,61 Kj	Energia: 172,39 Kcal / 720,59 Kj	Energia: 164,27 Kcal / 686,65 Kj
		Fehérje: 4,84 g; Zsír: 4,03 g; T.Zsírsav: 2,39 g	Fehérje: 6,77 g; Zsír: 10,11 g; T.Zsírsav: 3,22 g	Fehérje: 5,07 g; Zsír: 15,26 g; T.Zsírsav: 2,70 g	Fehérje: 6,10 g; Zsír: 2,86 g; T.Zsírsav: 1,31 g	Fehérje: 4,05 g; Zsír: 5,17 g; T.Zsírsav: 2,12 g	Fehérje: 9,91 g; Zsír: 13,06 g; T.Zsírsav: 5,39 g
		Szénhidrát: 30,19 g; Cukor: 5,18 g; Só: 1,03 g	Szénhidrát: 34,62 g; Cukor: 5,00 g; Só: 0,87 g	Szénhidrát: 33,29 g; Cukor: 6,60 g; Só: 1,38 g	Szénhidrát: 33,44 g; Cukor: 5,55 g; Só: 0,85 g	Szénhidrát: 34,33 g; Cukor: 5,00 g; Só: 0,83 g	Szénhidrát: 33,49 g; Cukor: 5,00 g; Só: 0,67 g

..... Élelmezési osztályvezető

..... Vezető dietetikus

..... Gazdaságvezető