Heti étlap 2026.02.02. - 2026.02.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Tej 2dl[7], Briós[1,3,7,(5,6,8,9,10,11)], Teavaj[7]	Tej 2dl[7], Párizsi, Margarin, Kukoricás kenyér[1], Lilahagyma	Tejeskávé [1,7], Natúr vajkrém[7], Rozsos Zsemle[1], Uborka	Tej 2dl[7], Pulykamellsonka, Margarin, Kenyér[1]	Kakaó főzős [7], Margarin, Kakaós kifli [1,3,7,(5,6,8,9,10,11)]
		Energia: 260,52 Kcal / 1 088,97 Kj	Energia: 137,10 Kcal / 573,08 Kj	Energia: 239,43 Kcal / 1 000,82 Kj	Energia: 147,77 Kcal / 617,68 Kj	Energia: 264,49 Kcal / 1 105,57 Kj
		Fehérje 11,11 g; Zsír 19,43 g; T.Zsírsav 9,17 g	Fehérje 7,17 g; Zsír 9,17 g; T.Zsírsav 2,64 g	Fehérje 12,70 g; Zsír 12,28 g; T.Zsírsav 5,81 g	Fehérje 10,46 g; Zsír 9,31 g; T.Zsírsav 2,71 g	Fehérje 13,18 g; Zsír 14,84 g; T.Zsírsav 5,37 g
		Szénhidrát 54,73 g; Cukor 10,48 g; Só 0,98 g	Szénhidrát 37,97 g; Cukor 0,00 g; Só 0,97 g	Szénhidrát 62,03 g; Cukor 15,15 g; Só 1,32 g	Szénhidrát 34,73 g; Cukor 1,60 g; Só 1,37 g	Szénhidrát 56,67 g; Cukor 8,20 g; Só 1,03 g
Ebéd	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Alma, Burgonya főzelék [1,7], Sült pulykacomb filé , Kenyér[1]	Gyümölcslé 100%, Csíkos tokány [1,7], Bulgur köret[1], Mandarin	Húsgaluska leves [3,9], Töltelékes gombóc[1]	Almaleves friss[1,7], Rántott halrúd [1,4,(2,3,6,7,9,10,11)], Párolt rizs kukoricával	Banán, Vagdalt (Stefania) [1,3], Párolt káposzta vegyes, Tört burgonya, hagymás
		Energia: 525,65 Kcal / 2 197,22 Kj	Energia: 557,15 Kcal / 2 328,89 Kj	Energia: 323,94 Kcal / 1 354,07 Kj	Energia: 483,30 Kcal / 2 020,19 Kj	Energia: 594,75 Kcal / 2 486,06 Kj
		Fehérje 24,99 g; Zsír 12,58 g; T.Zsírsav 4,06 g	Fehérje 22,22 g; Zsír 27,07 g; T.Zsírsav 7,33 g	Fehérje 14,58 g; Zsír 8,66 g; T.Zsírsav 1,84 g	Fehérje 12,66 g; Zsír 12,54 g; T.Zsírsav 1,77 g	Fehérje 26,65 g; Zsír 21,04 g; T.Zsírsav 4,33 g
		Szénhidrát 85,55 g; Cukor 0,96 g; Só 1,87 g	Szénhidrát 63,72 g; Cukor 0,00 g; Só 1,94 g	Szénhidrát 46,96 g; Cukor 9,99 g; Só 1,84 g	Szénhidrát 82,86 g; Cukor 9,99 g; Só 2,00 g	Szénhidrát 74,89 g; Cukor 5,03 g; Só 2,23 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Tea gyümölcsös , Kőrözött túró [7], Rozsos kenyér[1], Zöldpaprika	Tea gyümölcsös , Trapista sajt[7], Margarin, Rozsos kenyér[1], Sörretek	Tea gyümölcsös , Mozzarella sajt[7], Margarin, Kenyér[1], Paradicsom	Tea gyümölcsös , Tojáskrém [3,10,(12)], Rozsos kenyér[1], Savanyú káposzta(12)	Tea gyümölcsös , Húskrém cs. comb [7], Rozsos kenyér[1], Lilahagyma
		Energia: 168,33 Kcal / 703,62 Kj	Energia: 195,92 Kcal / 818,95 Kj	Energia: 188,48 Kcal / 787,85 Kj	Energia: 152,28 Kcal / 636,53 Kj	Energia: 245,84 Kcal / 1 027,61 Kj
		Fehérje: 5,11 g; Zsír: 3,80 g; T.Zsírsav: 1,67 g	Fehérje: 7,75 g; Zsír: 12,18 g; T.Zsírsav: 4,86 g	Fehérje: 6,87 g; Zsír: 10,88 g; T.Zsírsav: 3,50 g	Fehérje: 5,15 g; Zsír: 9,06 g; T.Zsírsav: 1,94 g	Fehérje: 5,55 g; Zsír: 19,66 g; T.Zsírsav: 8,01 g
		Szénhidrát: 32,28 g; Cukor: 5,55 g; Só: 0,93 g	Szénhidrát: 25,13 g; Cukor: 5,14 g; Só: 1,08 g	Szénhidrát: 27,31 g; Cukor: 6,28 g; Só: 0,90 g	Szénhidrát: 25,85 g; Cukor: 5,14 g; Só: 0,96 g	Szénhidrát: 32,23 g; Cukor: 5,18 g; Só: 0,88 g

. . . . . .
Élelmezési osztályvezető

. . . . . .
Vezető dietetikus

. . . . . .
Gazdaságvezető