Heti étlap 2026.02.09. - 2026.02.13.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Karamell[7], Párizsi, Margarin, Rozsos stangli [1], Paradicsom	Tea gyümölcsös , Pannónia sajt(7), Margarin, Burgonyás kenyér[1], Uborka	Tej 2dl[7], Borjúmájas (1,6,7,10), Rozsos Zsemle[1], Lilahagyma	Tejeskávé [1,7], Teavaj [7], Kalács foszlós 500g [1,3,7,(5,6,8,9,10,11)]	Tej 2dl[7], Natúr vajkrém [7], Sajtos stangli, Paradicsom
		Energia: 290,31 Kcal / 1 213,50 Kj	Energia: 145,40 Kcal / 607,77 Kj	Energia: 241,66 Kcal / 1 010,14 Kj	Energia: 213,94 Kcal / 894,27 Kj	Energia: 6,57 Kcal / 27,46 Kj
		Fehérje: 14,82 g; Zsír: 18,79 g; T.Zsírsav: 4,51 g	Fehérje: 7,84 g; Zsír: 12,14 g; T.Zsírsav: 4,88 g	Fehérje: 13,77 g; Zsír: 9,07 g; T.Zsírsav: 4,06 g	Fehérje: 10,65 g; Zsír: 22,26 g; T.Zsírsav: 10,73 g	Fehérje: 5,90 g; Zsír: 10,31 g; T.Zsírsav: 5,10 g
		Szénhidrát: 53,86 g; Cukor: 10,20 g; Só: 1,22 g	Szénhidrát: 31,64 g; Cukor: 5,00 g; Só: 0,69 g	Szénhidrát: 45,96 g; Cukor: 0,16 g; Só: 1,80 g	Szénhidrát: 52,50 g; Cukor: 16,90 g; Só: 0,78 g	Szénhidrát: 9,55 g; Cukor: 0,00 g; Só: 0,20 g
Ebéd	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Parajfőzelék [1,7], Főtt tojás [3], Burgonya sós 150 g, Banán	Rántott leves [1,3], Rakott karfiol pulyk mir 4-6 év[1,7], Alma	Lencseleves [1,7,10, (12)], Farsangi fánk ízzel [1,3,7,(12)]	Tökfőzelék [1,7], Pulyka pörkölt , Kenyér[1], Banán	Sült csirkecomb filé , Burgonyapüré [7], Csalamádé(12), Alma
		Energia: 449,95 Kcal / 1 880,79 Kj	Energia: 506,64 Kcal / 2 117,76 Kj	Energia: 846,89 Kcal / 3 540,00 Kj	Energia: 440,46 Kcal / 1 841,12 Kj	Energia: 280,00 Kcal / 1 170,40 Kj
		Fehérje: 17,25 g; Zsír: 16,33 g; T.Zsírsav: 3,15 g	Fehérje: 21,71 g; Zsír: 28,42 g; T.Zsírsav: 6,20 g	Fehérje: 31,78 g; Zsír: 41,23 g; T.Zsírsav: 6,94 g	Fehérje: 21,38 g; Zsír: 14,24 g; T.Zsírsav: 4,00 g	Fehérje: 20,02 g; Zsír: 9,57 g; T.Zsírsav: 2,80 g
		Szénhidrát: 69,07 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,88 g	Szénhidrát: 54,24 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,83 g	Szénhidrát: 100,34 g; Cukor: 36,24 g; Só: 3,52 g	Szénhidrát: 64,60 g; Cukor: 2,96 g; Só: 2,43 g	Szénhidrát: 41,71 g; Cukor: 0,00 g; Só: 2,91 g
Uzsonna	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Tea gyümölcsös , Vanliás túrókrém [7], Erzsébet kenyér[1,7, (3,5,6,8,9,10,11)]	Tea gyümölcsös , Halkrém [3,4,7,10,(6)], Rozsos kenyér[1], Lilahagyma	Tea gyümölcsös , Tökmagos sajtkrém[7], Kukoricás kenyér[1], Pritamin paprika	Tea gyümölcsös , Sárgaborsókrém[7], Rozsos kenyér[1], Lilahagyma	Tea gyümölcsös , Mediterrán tojáskrém [3,10,(7,12)], Rozsos kenyér[1], Zöldpaprika
		Energia: 153,50 Kcal / 641,63 Kj	Energia: 205,26 Kcal / 857,99 Kj	Energia: 133,25 Kcal / 556,99 Kj	Energia: 175,99 Kcal / 735,64 Kj	Energia: 160,41 Kcal / 670,51 Kj
		Fehérje: 5,02 g; Zsír: 1,89 g; T.Zsírsav: 1,05 g	Fehérje: 5,44 g; Zsír: 8,84 g; T.Zsírsav: 2,29 g	Fehérje: 5,83 g; Zsír: 10,02 g; T.Zsírsav: 3,17 g	Fehérje: 5,72 g; Zsír: 1,63 g; T.Zsírsav: 0,61 g	Fehérje: 4,05 g; Zsír: 6,89 g; T.Zsírsav: 1,29 g
		Szénhidrát: ; Cukor: ; Só:	Szénhidrát: ; Cukor: ; Só:	Szénhidrát: ; Cukor: ; Só:	Szénhidrát: ; Cukor: ; Só:	Szénhidrát: ; Cukor: ; Só:

		28,65 g	8,23 g	0,56 g		31,40 g	5,18 g	0,89 g		29,41 g	5,00 g	0,67 g		38,37 g	5,18 g	1,31 g		25,34 g	5,14 g	0,73 g

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető