Heti étlap 2026.03.23. - 2026.03.27.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Karamell[7], Teavaj[7], Molnárka[1,3,7, (5,6,8,9,10,11)]	Tea gyümölcsös , Mozzarella sajt[7], Margarin, Kenyér[1], Paradicsom	Tej 2dl[7], Marhapárizsi , Margarin, Rozsos kenyér [1], Zöldpaprika	Tejeskávé [1,7], Rozsos stangli[1], Vajkrém magyaros[7], Uborka	Tej 2dl[7], Prágai sonka, Margarin, Burgonyás kenyér[1], Paradicsom
		Energia: 281,47 Kcal / 1 176,54 Kj	Energia: 213,61 Kcal / 892,89 Kj	Energia: 126,59 Kcal / 529,15 Kj	Energia: 604,07 Kcal / 2 525,01 Kj	Energia: 204,23 Kcal / 853,68 Kj
		Fehérje: 12,83 g; Zsír: 24,18 g; T.Zsírsav: 11,51 g	Fehérje: 7,27 g; Zsír: 10,96 g; T.Zsírsav: 3,52 g	Fehérje: 10,23 g; Zsír: 12,62 g; T.Zsírsav: 3,90 g	Fehérje: 16,60 g; Zsír: 44,28 g; T.Zsírsav: 18,61 g	Fehérje: 10,88 g; Zsír: 15,40 g; T.Zsírsav: 5,17 g
		Szénhidrát: 62,59 g; Cukor: 9,99 g; Só: 1,06 g	Szénhidrát: 32,49 g; Cukor: 6,60 g; Só: 1,04 g	Szénhidrát: 33,23 g; Cukor: 0,18 g; Só: 1,99 g	Szénhidrát: 59,90 g; Cukor: 15,20 g; Só: 1,17 g	Szénhidrát: 34,91 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,48 g
Ebéd	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Banán, Bácskai rizseshús , Csemege uborka(12)	Alma, Tökfőzelék [1,7], Sertés sült , Kenyér[1]	Körte, Burgonyaleves magyaros [1], Túrós pite [1,3,7]	Banán, Sárgaborsó főzelék [1], Sertés pörkölt , Kenyér[1]	Alma, Fokhagymakrémleves [1,3,7,(6,10,11)], Sült csirkecomb filé , Bulgursaláta[1]
		Energia: 381,98 Kcal / 1 596,68 Kj	Energia: 384,39 Kcal / 1 606,75 Kj	Energia: 654,37 Kcal / 2 735,27 Kj	Energia: 490,15 Kcal / 2 048,83 Kj	Energia: 526,47 Kcal / 2 200,64 Kj
		Fehérje: 20,18 g; Zsír: 7,92 g; T.Zsírsav: 2,26 g	Fehérje: 22,53 g; Zsír: 15,19 g; T.Zsírsav: 4,23 g	Fehérje: 35,97 g; Zsír: 30,57 g; T.Zsírsav: 12,83 g	Fehérje: 27,27 g; Zsír: 13,94 g; T.Zsírsav: 3,19 g	Fehérje: 25,96 g; Zsír: 23,06 g; T.Zsírsav: 3,43 g
		Szénhidrát: 60,29 g; Cukor: 0,00 g; Só: 2,01 g	Szénhidrát: 44,68 g; Cukor: 2,96 g; Só: 2,04 g	Szénhidrát: 90,10 g; Cukor: 30,67 g; Só: 0,92 g	Szénhidrát: 63,77 g; Cukor: 0,96 g; Só: 1,75 g	Szénhidrát: 67,81 g; Cukor: 0,00 g; Só: 3,44 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 , Pikáns halkrém [3,4,10,(6,7,12)], Rozsos kenyér[1], Savanyú káposzta(12)	Tea gyümölcsös , Padlizsánkrém [3,7,10], Kenyér[1]	Tea gyümölcsös , Tojáskrém [3,10,(12)], Kukoricás kenyér[1], Lilahagyma	Tea gyümölcsös , Natúr Sajtkrém[7], Rozsos kenyér[1], Pritamin paprika
		Energia: 139,29 Kcal / 582,23 Kj	Energia: 236,43 Kcal / 988,28 Kj	Energia: 173,16 Kcal / 723,81 Kj	Energia: 161,98 Kcal / 677,08 Kj	Energia: 123,55 Kcal / 516,44 Kj
		Fehérje: 4,30 g; Zsír: 3,62 g; T.Zsírsav: 1,65 g	Fehérje: 5,64 g; Zsír: 15,40 g; T.Zsírsav: 2,70 g	Fehérje: 2,51 g; Zsír: 5,79 g; T.Zsírsav: 1,08 g	Fehérje: 4,28 g; Zsír: 8,94 g; T.Zsírsav: 1,89 g	Fehérje: 3,88 g; Zsír: 3,49 g; T.Zsírsav: 1,71 g
		Szénhidrát: 26,74 g; Cukor: 5,51 g; Só: 0,78 g	Szénhidrát: 31,32 g; Cukor: 5,18 g; Só: 1,38 g	Szénhidrát: 28,15 g; Cukor: 6,28 g; Só: 0,65 g	Szénhidrát: 29,75 g; Cukor: 5,00 g; Só: 0,68 g	Szénhidrát: 26,88 g; Cukor: 5,14 g; Só: 0,81 g

. . . . . .
Élelmezési osztályvezető

. . . . . .
Vezető dietetikus

. . . . . .
Gazdaságvezető