Heti étlap 2026.04.06. - 2026.04.10.

		kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Tea gyümölcsös , Mozzarella sajt[7], Margarin, Kenyér[1], Paradicsom	Kakaó főzős [7], Teavaj [7], Briós[1,3,7, (5,6,8,9,10,11)]	Tea gyümölcsös , Kőrözött túró [7], Rozsos kenyér[1], Zöldpaprika	Tej 2dl[7], Pápai extrasonka, Margarin, Kukoricás kenyér[1], Paradicsom
		Energia: 213,61 Kcal / 892,89 Kj	Energia: 286,85 Kcal / 1 199,03 Kj	Energia: 164,41 Kcal / 687,23 Kj	Energia: 139,41 Kcal / 582,73 Kj
		Fehérje: 7,27 g; Zsír: 10,96 g; T.Zsírsav: 3,52 g; Szénhidrát: 32,49 g; Cukor: 6,60 g; Só: 1,04 g	Fehérje: 13,18 g; Zsír: 20,61 g; T.Zsírsav: 9,83 g; Szénhidrát: 62,59 g; Cukor: 15,48 g; Só: 1,05 g	Fehérje: 4,87 g; Zsír: 3,74 g; T.Zsírsav: 1,67 g; Szénhidrát: 31,68 g; Cukor: 5,55 g; Só: 0,93 g	Fehérje: 11,11 g; Zsír: 10,48 g; T.Zsírsav: 3,09 g; Szénhidrát: 36,72 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,57 g
Ebéd	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Banán, Parajfőzelék [1,7], Főtt tojás [3], Burgonya sós 150 g	Alma, Jókai bableves [1,7,9], Meggyes rácsos [1,3,7]	Körte, Bakonyi pulyka tokány [1,7], Bulgur köret [1], Nyári saláta[10,(12)]	Banán, Fokhagymakrémleves [1,3,7,(6,10,11)], Rakott brokkoli [7]
		Energia: 449,95 Kcal / 1 880,79 Kj	Energia: 475,54 Kcal / 1 987,76 Kj	Energia: 378,80 Kcal / 1 583,38 Kj	Energia: 614,09 Kcal / 2 566,90 Kj
		Fehérje: 17,25 g; Zsír: 16,33 g; T.Zsírsav: 3,15 g; Szénhidrát: 69,07 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,88 g	Fehérje: 18,12 g; Zsír: 24,36 g; T.Zsírsav: 8,75 g; Szénhidrát: 73,08 g; Cukor: 15,29 g; Só: 3,41 g	Fehérje: 18,70 g; Zsír: 14,98 g; T.Zsírsav: 3,48 g; Szénhidrát: 51,14 g; Cukor: 0,00 g; Só: 3,45 g	Fehérje: 30,41 g; Zsír: 32,41 g; T.Zsírsav: 7,50 g; Szénhidrát: 75,16 g; Cukor: 0,00 g; Só: 2,51 g
Uzsonna	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Tea gyümölcsös , Sajtkrém[7], Uborka, Rozsos kenyér[1]	Tea gyümölcsös , Halkrém [3,4,7,10,(6)], Rozsos kenyér[1], Savanyú káposzta(12)	Banán turmix[7], Kifli[1,7, (9)]	Tea gyümölcsös , Padlizsánkrém [3,7,10], Rozsos kenyér[1]
		Energia: 141,69 Kcal / 592,26 Kj	Energia: 181,12 Kcal / 757,08 Kj	Energia: 231,26 Kcal / 966,67 Kj	Energia: 169,20 Kcal / 707,26 Kj
		Fehérje: 3,92 g; Zsír: 2,83 g; T.Zsírsav: 1,32 g	Fehérje: 4,96 g; Zsír: 8,76 g; T.Zsírsav: 2,30 g	Fehérje: 8,60 g; Zsír: 2,88 g; T.Zsírsav: 1,46 g	Fehérje: 2,97 g; Zsír: 5,90 g; T.Zsírsav: 1,08 g

	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	30,66 g	5,18 g	0,91 g	25,55 g	5,14 g	1,00 g	56,29 g	4,05 g	0,74 g	26,57 g	5,14 g	0,64 g

..... Élelmezési osztályvezető

..... Vezető dietetikus

..... Gazdaságvezető