Heti étlap 2026.04.13. - 2026.04.17.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Refrom tea mézzel, Pritaminpaprikás túrókrém [7], Rozsos kenyér[1], Jégsaláta	Reform tea barna cukorral, Rozsos Bagett-lenmagos[1,11,(3,5,6,7,8,9,10)], Tonhalas melegszendvicskrém [3,4,7,10,(6)], Reform zöldség olivaolajjal	Refrom tea mézzel, Zöldfűszeres vajkrém[7], Kukoricás kenyér[1], Hónapos retek	Házi gyümölcsjoghurt[7], Molnárka[1,3,7,(5,6,8,9,10,11)]	Reform tea barna cukorral, Tojásomlett [1,3,7], Korpás kifli[1,(3,5,6,7,8,9,10,11)], Zöldpaprika, Paradicsom
		Energia: 156,77 Kcal / 655,30 Kj	Energia: 365,56 Kcal / 1 528,04 Kj	Energia: 140,73 Kcal / 588,25 Kj	Energia: 395,22 Kcal / 1 652,02 Kj	Energia: 290,24 Kcal / 1 213,20 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		6,11 g / 3,73 g / 1,77 g	13,89 g / 12,92 g / 3,51 g	1,59 g / 0,47 g / 0,07 g	12,60 g / 11,18 g / 5,95 g	10,94 g / 11,61 g / 2,40 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		26,83 g / 2,54 g / 0,75 g	58,98 g / 3,22 g / 1,74 g	29,26 g / 1,62 g / 0,70 g	60,10 g / 10,60 g / 0,82 g	36,20 g / 3,13 g / 1,15 g
		1,7	1,3,4,7,10,11,(5),(6),(8),(9)	1,7	1,3,7,(5),(6),(8),(9),(10),(11)	1,3,7,(5),(6),(8),(9),(10),(11)
Ebéd	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Alma, Sárgaborsós raguleves, Teljes kiőrlésű szilvás pite[1,3,7]	Banán, Sült csirkemell , Paradicsom mártás CM [9], Burgonya sós 250 g	Alma, Zöldségleves zabgaluskával[3], Csirkemell gombás szósszal[1,7], Kuszkusz köret [1]	Alma, Fokhagymakrémleves [1,7], Rakott mex. pulyka mir.ref[7], Párolt jázminrizs	Gyömbéres-citromos limonádé, Csőben sült cukkinis penne[1,3,7], Banán
		Energia: 340,89 Kcal / 1 424,92 Kj	Energia: 478,87 Kcal / 2 001,68 Kj	Energia: 233,72 Kcal / 976,95 Kj	Energia: 881,33 Kcal / 3 683,96 Kj	Energia: 466,98 Kcal / 1 951,98 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		21,27 g / 12,91 g / 5,03 g	23,12 g / 7,87 g / 0,96 g	16,94 g / 13,98 g / 2,50 g	34,86 g / 27,03 g / 7,28 g	19,45 g / 21,06 g / 9,19 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		57,37 g / 11,81 g / 0,74 g	77,71 g / 0,01 g / 7,73 g	16,61 g / 0,01 g / 3,68 g	137,31 g / 0,00 g / 4,00 g	89,40 g / 9,99 g / 0,83 g
		1,3,7	9	1,3,7	1,7	1,3,7
Uzsonna	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Pulykamellsonka , Rozsos Zsemle[1], Uborka	Pannónia sajt(7), Burgonyás kenyér[1], Paradicsom, Lilahagyma	Zakuszka padlizsános, Rozsos stangli[1], Lilahagyma	Májaskrém házi[7], Rozsos kenyér[1], Reform zöldség olivaolajjal	Sajtkrém[7], Tk. Tönköly zsemle[1,(3,5,6,7,8,9,10,11)], Retek saláta
		Energia: 178,54 Kcal / 746,30 Kj	Energia: 130,99 Kcal / 547,54 Kj	Energia: 295,79 Kcal / 1 236,40 Kj	Energia: 136,45 Kcal / 570,36 Kj	Energia: 292,14 Kcal / 1 221,15 Kj
		Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav	Fehérje / Zsír / T.Zsírsav
		8,73 g / 1,83 g / 0,49 g	8,12 g / 6,07 g / 3,67 g	8,66 g / 14,03 g / 2,05 g	5,08 g / 4,70 g / 1,99 g	17,07 g / 9,48 g / 4,24 g
		Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só	Szénhidrát / Cukor / Só
		36,64 g / 0,16 g / 1,48 g	28,90 g / 0,00 g / 0,66 g	38,89 g / 0,21 g / 1,88 g	25,78 g / 0,18 g / 1,25 g	56,15 g / 2,24 g / 3,26 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	1	1,(7)	1	1,7	1,7,(3),(5),(6),(8),(9),(10),(11)

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető