Heti étlap 2026.06.08. - 2026.06.12.

		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, Tonhalas melegszendvicskrém [3,4,7,10,(6)], Rozsos Bagett-lenmagos[1,11,(3,5,6,7,8,9,10)], Reform zöldség olivaolajjal	Reform tea mézzel, Sajtos-tojásos tortilla[3], Paradicsom	Erdei gyümölcsös köleskása[7]	Reform tea barna cukorral, Csirkemell sonka (1,6,7), Korpás kifli[1,(3,5,6,7,8,9,10,11)], Kaliforniai paprika
		Energia: 156,77 Kcal / 655,30 Kj	Energia: 365,56 Kcal / 1 528,04 Kj	Energia: 75,39 Kcal / 315,13 Kj	Energia: 232,19 Kcal / 970,55 Kj	Energia: 154,44 Kcal / 645,56 Kj
		Fehérje: 6,11 g; Zsír: 3,73 g; T.Zsírsav: 1,77 g	Fehérje: 13,89 g; Zsír: 12,92 g; T.Zsírsav: 3,51 g	Fehérje: 3,32 g; Zsír: 2,54 g; T.Zsírsav: 0,63 g	Fehérje: 9,25 g; Zsír: 6,77 g; T.Zsírsav: 4,10 g	Fehérje: 8,10 g; Zsír: 0,82 g; T.Zsírsav: 0,30 g
		Szénhidrát: 26,83 g; Cukor: 2,54 g; Só: 0,75 g	Szénhidrát: 58,98 g; Cukor: 3,22 g; Só: 1,74 g	Szénhidrát: 9,54 g; Cukor: 8,10 g; Só: 0,07 g	Szénhidrát: 33,41 g; Cukor: 0,00 g; Só: 0,09 g	Szénhidrát: 35,10 g; Cukor: 3,13 g; Só: 1,16 g
Ebéd	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Görögdinnye, Sárgaborsós raguleves, Kakaós csiga tk. lisztből [1,3,7]	Banán, Rakott mex. pulyka mir.ref[7]	Alma, Tejszínes csirkemell [7], Durum tészta parmezán sajttal [1,7]	Nektarin, Zellerkrémleves *mir.*[1,3,7,9], Pulyka aprópecsenye(1), Édes burgonyapüré[7], Tzatziki saláta 4-6 év[7]	Gyümölcslé 100%, Muszaka reform 4-6 év [3,7]
		Energia: 573,75 Kcal / 2 398,28 Kj	Energia: 654,16 Kcal / 2 734,39 Kj	Energia: 365,52 Kcal / 1 527,87 Kj	Energia: 693,37 Kcal / 2 898,29 Kj	Energia: 477,09 Kcal / 1 994,24 Kj
		Fehérje: 27,15 g; Zsír: 19,56 g; T.Zsírsav: 5,88 g	Fehérje: 28,85 g; Zsír: 20,61 g; T.Zsírsav: 5,43 g	Fehérje: 22,34 g; Zsír: 13,27 g; T.Zsírsav: 4,42 g	Fehérje: 33,41 g; Zsír: 49,67 g; T.Zsírsav: 14,04 g	Fehérje: 28,11 g; Zsír: 17,52 g; T.Zsírsav: 5,06 g
		Szénhidrát: 71,19 g; Cukor: 15,98 g; Só: 1,69 g	Szénhidrát: 100,93 g; Cukor: 0,00 g; Só: 3,40 g	Szénhidrát: 39,85 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,89 g	Szénhidrát: 68,83 g; Cukor: 0,00 g; Só: 9,55 g	Szénhidrát: 62,25 g; Cukor: 0,00 g; Só: 3,27 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Karfiolkrém[7], Burgonyás kenyér[1], Uborka	Pannónia sajt(7), Rozsos Zsemle[1], Paradicsom, Lilahagyma	Sajtos céklakrém[7], Kukoricás kenyér[1], Reform zöldség	Sajtkrém[7], Erzsébet kenyér[1,7, (3,5,6,8,9,10,11)], Alma	Snidlinges szendvicskrém[7], Rozsos kenyér[1], Vörös káposzta, Hónapos retek
		Energia: 130,21 Kcal / 544,28 Kj	Energia: 185,11 Kcal / 773,76 Kj	Energia: 232,79 Kcal / 973,06 Kj	Energia: 166,41 Kcal / 695,59 Kj	Energia: 144,62 Kcal / 604,51 Kj
		Fehérje: 3,44 g; Zsír: 8,27 g; T.Zsírsav: 3,76 g	Fehérje: 9,82 g; Zsír: 5,54 g; T.Zsírsav: 2,99 g	Fehérje: 5,88 g; Zsír: 6,94 g; T.Zsírsav: 3,50 g	Fehérje: 5,42 g; Zsír: 3,86 g; T.Zsírsav: 1,81 g	Fehérje: 5,56 g; Zsír: 2,78 g; T.Zsírsav: 0,10 g
		Szénhidrát: 27,94 g; Cukor: 0,00 g; Só: 0,72 g	Szénhidrát: 38,56 g; Cukor: 0,16 g; Só: 1,04 g	Szénhidrát: 33,17 g; Cukor: 0,00 g; Só: 0,98 g	Szénhidrát: 34,18 g; Cukor: 1,08 g; Só: 0,89 g	Szénhidrát: 26,96 g; Cukor: 0,18 g; Só: 0,73 g

..... Élelmezési osztályvezető

..... Vezető dietetikus

..... Gazdaságvezető