Heti étlap 2026.08.17. - 2026.08.21.

		hétfő	kedd	szerda
Tízórai	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Reform tea barna cukorral, Sajtos-tojásos tortilla[3], Paradicsom	Reform tea barna cukorral, Meggyes Túrókrém[7], Erzsébet kenyér[1,7,(3,5,6,8,9,10,11)]	Reform tea mézzel, Tonhalas melegszendvicskrém [3,4,7,10,(6)], Bagette[1], Kaliforniai paprika
		Energia: 54,72 Kcal / 228,73 Kj	Energia: 251,06 Kcal / 1 049,43 Kj	Energia: 129,05 Kcal / 539,43 Kj
		Fehérje: 3,28 g; Zsír: 2,54 g; T.Zsírsav: 0,63 g	Fehérje: 12,42 g; Zsír: 6,21 g; T.Zsírsav: 3,57 g	Fehérje: 5,45 g; Zsír: 6,86 g; T.Zsírsav: 2,53 g
		Szénhidrát: 4,44 g; Cukor: 3,00 g; Só: 0,07 g	Szénhidrát: 35,42 g; Cukor: 7,56 g; Só: 0,71 g	Szénhidrát: 23,53 g; Cukor: 8,10 g; Só: 0,25 g
Ebéd	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Alma, Zellerkrémleves [1,3,7,9], Csirkemell rizottó	Körte, Sárgaborsó főzelék , Sajtos zabpelyhes vagdalt[1,3,7], Rozsos kenyér[1,(3,5,6,7,8,9,10,11)]	Szőlő, Mozarellás csmell fűszeresen[7], Rozmaringos burgonya[7], Vitamin saláta
		Energia: 432,96 Kcal / 1 809,77 Kj	Energia: 1 034,66 Kcal / 4 324,88 Kj	Energia: 380,57 Kcal / 1 590,78 Kj
		Fehérje: 25,97 g; Zsír: 9,67 g; T.Zsírsav: 2,40 g	Fehérje: 31,60 g; Zsír: 18,66 g; T.Zsírsav: 3,05 g	Fehérje: 23,58 g; Zsír: 3,87 g; T.Zsírsav: 1,38 g
		Szénhidrát: 75,95 g; Cukor: 0,00 g; Só: 3,90 g	Szénhidrát: 182,04 g; Cukor: 0,32 g; Só: 1,52 g	Szénhidrát: 62,36 g; Cukor: 5,00 g; Só: 2,56 g

		hétfő	kedd	szerda
Uzsonna	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Sárgarépás szendvicskrém [7], Rozsos stangli[1], Jégsaláta	Csirkemell sonka (1,6,7), Burgonyás kenyér[1], Zöldpaprika	Húskrém vajas 4-6 év [7,10,(12)], Rozsos kenyér [1,(3,5,6,7,8,9,10,11)], Lilahagyma
		Energia: 337,84 Kcal / 1 412,17 Kj	Energia: 134,22 Kcal / 561,04 Kj	Energia: 214,19 Kcal / 895,31 Kj
		Fehérje: 13,95 g; Zsír: 27,24 g; T.Zsírsav: 12,10 g	Fehérje: 7,08 g; Zsír: 0,80 g; T.Zsírsav: 0,20 g	Fehérje: 4,65 g; Zsír: 10,13 g; T.Zsírsav: 5,10 g
		Szénhidrát: 37,55 g; Cukor: 0,21 g; Só: 1,61 g	Szénhidrát: 28,62 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,12 g	Szénhidrát: 29,92 g; Cukor: 0,31 g; Só: 0,87 g

. . . . . .
Élelmezési
osztályvezető

. . . . . .
Vezető
dietetikus

. . . . . .
Gazdaságvezető