Heti étlap 2026.08.24. - 2026.08.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Tej 2dl[7], Vadász felvágott(1,6,7), Margarin, Rozsos kenyér[1], Sörretek	Házi gyümölcsjoghurt[7], Molnárka[1,3,7,(5,6,8,9,10,11)]	Tea gyümölcsös , Párizsi, Margarin, Burgonyás kenyér[1], Paradicsom	Tea gyümölcsös , Karaván füstölt sajt[7], Margarin, Kukoricás kenyér[1], Uborka	Tejeskávé [1,7], Vajkrém magyaros[7], Zsemle[1], Zöldhagyma
		Energia: 171,82 Kcal / 718,21 Kj	Energia: 392,66 Kcal / 1 641,32 Kj	Energia: 156,23 Kcal / 653,04 Kj	Energia: 222,65 Kcal / 930,68 Kj	Energia: 620,89 Kcal / 2 595,32 Kj
		Fehérje 10,98 g; Zsír 12,62 g; T.Zsírsav 3,95 g	Fehérje 11,42 g; Zsír 9,73 g; T.Zsírsav 5,08 g	Fehérje 2,59 g; Zsír 6,91 g; T.Zsírsav 1,46 g	Fehérje 6,24 g; Zsír 12,02 g; T.Zsírsav 4,50 g	Fehérje 13,06 g; Zsír 38,15 g; T.Zsírsav 19,51 g
		Szénhidrát 33,55 g; Cukor 0,30 g; Só 1,49 g	Szénhidrát 63,75 g; Cukor 4,05 g; Só 1,26 g	Szénhidrát 32,09 g; Cukor 5,00 g; Só 0,73 g	Szénhidrát 33,57 g; Cukor 5,00 g; Só 1,31 g	Szénhidrát 59,23 g; Cukor 15,16 g; Só 0,96 g
Ebéd	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Banán, Tejszínes parajos csirkemell[1,7], Tészta köret [1,3]	Görögdinnye, Szárazbabfőzelék [1,7], Főtt tojás [3], Kenyér[1]	Tárkonyos csirkeraguleves[1,9], Rizsfelfújt [3,7], Szörp, különféle	Sajtkrémleves [1,3,7], Rakott royal[1,7]	Görögdinnye, Fűszeres csirke , Burgonya petrezselymes , Görög saláta 4-6 év[7]
		Energia: 478,43 Kcal / 1 999,84 Kj	Energia: 456,13 Kcal / 1 906,62 Kj	Energia: 421,17 Kcal / 1 760,49 Kj	Energia: 724,42 Kcal / 3 028,08 Kj	Energia: 323,52 Kcal / 1 352,31 Kj
		Fehérje 32,69 g; Zsír 13,65 g; T.Zsírsav 4,91 g	Fehérje 23,89 g; Zsír 12,85 g; T.Zsírsav 4,58 g	Fehérje 24,97 g; Zsír 24,09 g; T.Zsírsav 6,66 g	Fehérje 39,87 g; Zsír 47,54 g; T.Zsírsav 18,13 g	Fehérje 21,66 g; Zsír 11,58 g; T.Zsírsav 1,54 g
		Szénhidrát 61,29 g; Cukor 0,00 g; Só 2,23 g	Szénhidrát 65,76 g; Cukor 2,96 g; Só 1,39 g	Szénhidrát 72,34 g; Cukor 21,57 g; Só 1,91 g	Szénhidrát 51,22 g; Cukor 0,00 g; Só 1,76 g	Szénhidrát 33,25 g; Cukor 0,00 g; Só 3,33 g
Uzsonna	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Limonádé , Avokadókrém [3,7,10,(12)], Kenyér[1]	Limonádé , Lenmagkrém sajtos[7], Rozsos kenyér [1], Pritamin paprika	Limonádé , Mediterrán tojáskrém[3,7,10,(12)], Rozsos kenyér[1], Lilahagyma	Limonádé , Májaskrém házi, Rozsos kenyér[1], Paradicsom	Limonádé , Túrókrém 4-6 év[7], Rozsos kenyér[1], Jégsaláta
		Energia: 232,91 Kcal / 973,56 Kj	Energia: 162,27 Kcal / 678,29 Kj	Energia: 199,34 Kcal / 833,24 Kj	Energia: 176,84 Kcal / 739,19 Kj	Energia: 172,59 Kcal / 721,43 Kj
		Fehérje 2,96 g; Zsír 7,85 g; T.Zsírsav 1,00 g	Fehérje 4,16 g; Zsír 3,26 g; T.Zsírsav 0,11 g	Fehérje 5,15 g; Zsír 6,32 g; T.Zsírsav 1,68 g	Fehérje 4,88 g; Zsír 4,01 g; T.Zsírsav 2,02 g	Fehérje 4,55 g; Zsír 5,94 g; T.Zsírsav 2,25 g
		Szénhidrát 36,77 g; Cukor 9,59 g; Só 0,87 g	Szénhidrát 35,95 g; Cukor 8,30 g; Só 0,72 g	Szénhidrát 36,19 g; Cukor 8,29 g; Só 0,87 g	Szénhidrát 35,77 g; Cukor 8,30 g; Só 1,24 g	Szénhidrát 34,19 g; Cukor 8,68 g; Só 1,73 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**					

. . . . . .
Élelmezési
osztályvezető

. . . . . .
Vezető
dietetikus

. . . . . .
Gazdaságvezető