Heti étlap 2026.09.14. - 2026.09.18.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Reform tea barna cukorral, Mozzarella sajt [7], Rozsos Bagett-lenmagos[1,11,(3,5,6,7,8,9,10)], Jégsaláta	Házi gyümölcsjoghurt[7], Molnárka[1,3,7,(5,6,8,9,10,11)]	Refrom tea mézzel, Tojásomlett[1,3,7], Rozsos kenyér[1], Zöldpaprika	Refrom tea barna cukorral, Házi krémtúró refrom[7], Reform zöldség olivaolajjal, Rozsos stangli [1]	Reform tea mézzel, Pikáns halkrém konz. 1-3 év[4,(6)], Burgonyás kenyér[1], Savanyú káposzta(12)
		Energia: 394,95 Kcal / 1 650,89 Kj	Energia: 395,22 Kcal / 1 652,02 Kj	Energia: 252,22 Kcal / 1 054,28 Kj	Energia: 305,67 Kcal / 1 277,70 Kj	Energia: 190,51 Kcal / 796,33 Kj
		Fehérje 16,11 g; Zsír 10,97 g; T.Zsírsav 3,19 g	Fehérje 12,60 g; Zsír 11,18 g; T.Zsírsav 5,95 g	Fehérje 8,45 g; Zsír 11,44 g; T.Zsírsav 2,29 g	Fehérje 13,61 g; Zsír 14,54 g; T.Zsírsav 4,56 g	Fehérje 5,10 g; Zsír 8,79 g; T.Zsírsav 0,11 g
		Szénhidrát 58,69 g; Cukor 3,22 g; Só 1,79 g	Szénhidrát 60,10 g; Cukor 10,60 g; Só 0,82 g	Szénhidrát 28,88 g; Cukor 1,93 g; Só 1,06 g	Szénhidrát 41,02 g; Cukor 7,37 g; Só 0,90 g	Szénhidrát 35,15 g; Cukor 8,10 g; Só 0,92 g
Ebéd	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Alma, Zablisztes zöldborsóf. 4-6 év[1,7], Sült csirkecomb filé , Rozsos kenyér[1]	Szőlő, Fokhagymakrémleves [1,7], Pulykamell Kertészné módra 4-6, Párolt jázminrizs	Banán, Parajos-paradicsomos lasagne [1,3,7], Csirke mell	Körte, Csorbaleves[7,9,(12)], Gyümölcsös tejbeköles[7]	Csirkemell lenmagos bundában[1,3], Rukkolás burgonyapüré reform[7], Uborkasaláta tejfölös (friss)[7], Banán
		Energia: 415,68 Kcal / 1 737,54 Kj	Energia: 634,37 Kcal / 2 651,67 Kj	Energia: 533,17 Kcal / 2 228,65 Kj	Energia: 824,62 Kcal / 3 446,91 Kj	Energia: 405,89 Kcal / 1 696,62 Kj
		Fehérje 27,88 g; Zsír 7,42 g; T.Zsírsav 1,17 g	Fehérje 27,33 g; Zsír 19,39 g; T.Zsírsav 4,97 g	Fehérje 47,94 g; Zsír 10,96 g; T.Zsírsav 4,05 g	Fehérje 26,88 g; Zsír 18,53 g; T.Zsírsav 11,59 g	Fehérje 27,16 g; Zsír 9,16 g; T.Zsírsav 3,02 g
		Szénhidrát 63,01 g; Cukor 5,30 g; Só 3,37 g	Szénhidrát 86,27 g; Cukor 0,00 g; Só 2,89 g	Szénhidrát 59,65 g; Cukor 0,00 g; Só 1,65 g	Szénhidrát 169,03 g; Cukor 5,00 g; Só 1,57 g	Szénhidrát 69,80 g; Cukor 2,00 g; Só 5,33 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Pizzás csiga[1,3,7]	Húskrém pulyka [7], Rozsos kenyér[1], Lilahagyma	Zakuszka padlizsános, Rozsos Zsemle[1], Fejes saláta	Pannónia sajt(7), Kukoricás kenyér[1], Cékla, Sárgarépa	Gombakrém[7], Rozsos kenyér[1], Paradicsom
		Energia: 357,94 Kcal / 1 496,19 Kj	Energia: 136,36 Kcal / 569,98 Kj	Energia: 239,30 Kcal / 1 000,27 Kj	Energia: 184,19 Kcal / 769,91 Kj	Energia: 172,33 Kcal / 720,34 Kj
		Fehérje: 29,33 g; Zsír: 16,71 g; T.Zsírsav: 3,03 g	Fehérje: 5,21 g; Zsír: 5,19 g; T.Zsírsav: 2,16 g	Fehérje: 6,41 g; Zsír: 6,13 g; T.Zsírsav: 0,85 g	Fehérje: 8,91 g; Zsír: 6,22 g; T.Zsírsav: 3,65 g	Fehérje: 5,49 g; Zsír: 8,16 g; T.Zsírsav: 2,91 g
		Szénhidrát: 32,55 g; Cukor: 1,04 g; Só: 1,17 g	Szénhidrát: 30,09 g; Cukor: 0,30 g; Só: 0,85 g	Szénhidrát: 39,15 g; Cukor: 0,16 g; Só: 2,05 g	Szénhidrát: 37,77 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,10 g	Szénhidrát: 27,22 g; Cukor: 0,30 g; Só: 1,09 g

. . . . . .
Élelmezési
osztályvezető

. . . . . .
Vezető
dietetikus

. . . . . .
Gazdaságvezető