

Heti étlap 2025.05.26. - 2025.05.30.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00110) Óvodás (4-6 év)	Tonhalkrém[7], Gyümölcs tea *, Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Karamell[7], Briós "A"[1,3,7], Vaj *[7]	Gyümölcsös túrókrém * [7], Gyümölcs tea *, Fehér kovászos kenyér[1,(7)]	Forralt tej[7], Gabonapehely, teljes kiörl.[1,(11)]	Gyümölcs tea *, Fehér kovászos kenyér[1,(7)], Margarin kenő(7), Sonka szelet(1,6,7)
		Energia: 203.24 Kcal / 849.54 KJ	Energia: 271.45 Kcal / 1,134.66 KJ	Energia: 181.06 Kcal / 756.83 KJ	Energia: 239.28 Kcal / 1,000.19 KJ	Energia: 199.54 Kcal / 834.08 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		7.52 g 5.55 g 1.51 g	10.25 g 14.42 g 9.19 g	7.95 g 1.66 g 0.83 g	12.60 g 4.00 g 2.00 g	8.06 g 4.86 g 1.04 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00110) Óvodás (4-6 év)	Gombakrémleves ovi.[7], Húsos rakott burgonya [1,7], Csemege uborka [10]	Csurgatott tojás leves [1,3], Finom főzelék(mir. ovis[1,7], Sült baromfi pálca(1,6,7,10), Gesztenye rudi	Húsgombóc [3], Paradicsom mártás [1], Sós burgonya *, Zöldségleves [9]	Tökfőzelék tejfölös káposzta [1,7], Sertés pörkölt , Ízes bukta házi [1,3,7,(12)]	Grill csirkemell filé , Párolt jázmin rizsköret , Francia saláta 1/2[3,7,10, (1)], Őszibarackleves[1,7]
		Energia: 494.19 Kcal / 2,065.71 KJ	Energia: 501.13 Kcal / 2,094.72 KJ	Energia: 518.40 Kcal / 2,166.91 KJ	Energia: 537.78 Kcal / 2,247.92 KJ	Energia: 662.57 Kcal / 2,769.54 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		22.39 g 15.50 g 3.90 g	23.83 g 26.84 g 4.80 g	22.05 g 21.03 g 5.36 g	22.60 g 20.18 g 4.91 g	29.23 g 31.25 g 6.47 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(00110) Óvodás (4-6 év)	Félbarna kenyér[1,(6,7)], Margarin kenő(7), Trappista sajt"A"[7,(1)], Zöldpaprika **	Teljes kiőrlésű zsemle [1,3,7,11], Kópé szelet (1,6,7), Margarin kenő(7), Jégcsapretek	Magvas kenyér[1], Zöldséges szelet Kedvenc ízek, Margarin kenő(7), Kaliforniai paprika	Zsemle hosszú[1,3,7], Margarin kenő(7), Diák csemege *(1,6,7), Uborka	Búrkifli mákos, Alma
		Energia: 227.11 Kcal / 949.32 KJ	Energia: 261.67 Kcal / 1,093.78 KJ	Energia: 207.58 Kcal / 867.68 KJ	Energia: 210.79 Kcal / 881.10 KJ	Energia: 257.68 Kcal / 1,077.10 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		10.45 g 8.96 g 3.62 g	8.75 g 9.09 g 2.04 g	8.81 g 9.15 g 2.16 g	7.63 g 10.62 g 3.73 g	5.20 g 15.70 g 0.00 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só

.....

.....

.....

Élelmezési

osztályvezető

Vezető

Gazdaságvezető
dietetikus

