

Heti étlap 2025.12.01. - 2025.12.05.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00110) Óvodás (4-6 év)	Forralt tej[7], Kakaós csiga (1 db)"A"	Gyümölcs tea *, Félbarna kenyér[1,(6,7)], Kenőmájas(1,6,7,10)	Citromos tea ovi., Kukoricás kenyér[1], Margarin kenő(7), Párizsi, *(1,6,7,10), Paradicsom tisztított	Gyümölcs tea *, Fehér kovászos kenyér[1,(7)], Tonhalkrém[7]	Gyümölcs tea *, Főtt virsli, ketchuppal (1,6,7,10), Fehér kovászos kenyér[1,(7)]
		Energia: 334.69 Kcal / 1,399.00 KJ	Energia: 160.66 Kcal / 671.56 KJ	Energia: 287.96 Kcal / 1,203.67 KJ	Energia: 181.39 Kcal / 758.21 KJ	Energia: 243.96 Kcal / 1,019.75 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		10.40 g 15.30 g 2.00 g	7.01 g 4.80 g 2.15 g	9.31 g 8.13 g 1.89 g	8.17 g 4.20 g 1.36 g	12.78 g 10.73 g 3.56 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00110) Óvodás (4-6 év)	Sajtkrém leves levesgyönggyel[1,7], Sós kamártás [1,7], Csirke nuggets sütőben, Főtt burgonya fél adag	Burgonya leves kolbászos[1,(6,7,10)], Kókuszos tejberizs[7], Kakaó szórát(1), Alma mosott	Rántott leves [1], Pírtott zsemlekocka **, Vadas sertésragu ovis[1,7,10, (12)], Bulgur [1]	Paradicsomos káposzta ovis[1], Kakukkfűves aprópecsenye ovi[1], Kakaós szelet baracizzal [1,3,7]	Meggyleves (mirelitből) ovi[1,7], Szárnyas májasrizottó , Reszelt sajt[7,(1)]
		Energia: 378.19 Kcal / 1,580.83 KJ	Energia: 662.12 Kcal / 2,767.66 KJ	Energia: 363.32 Kcal / 1,518.68 KJ	Energia: 472.27 Kcal / 1,974.09 KJ	Energia: 373.19 Kcal / 1,559.93 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		13.61 g 11.85 g 3.38 g	24.61 g 24.02 g 7.89 g	24.89 g 20.75 g 4.32 g	20.68 g 21.03 g 3.74 g	27.93 g 14.25 g 5.22 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(00110) Óvodás (4-6 év)	Teljes kiőrlésű kenyér[1], Margarin kenő(7), Diák csemege *(1,6,7), Uborka tisztított	Teljes kiőrlésű kenyér[1], Margarin kenő(7), Sonka szelet(1,6,7), Kaliforniai paprika tisztított	Kifli[1], Háromszög sajt"A"[7,(1)], Mandarin/Klementin	Teljes kiőrlésű kenyér[1], Baromfi sonka krém ovi[7, (1,6,10)], Zöldpaprika tisztított	Croissant vaníliakrémes
		Energia: 217.62 Kcal / 909.65 KJ	Energia: 188.37 Kcal / 787.39 KJ	Energia: 204.45 Kcal / 854.60 KJ	Energia: 179.43 Kcal / 750.02 KJ	Energia: 71.96 Kcal / 300.79 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		6.33 g 9.77 g 2.54 g	7.40 g 6.21 g 1.19 g	6.74 g 7.38 g 3.90 g	6.21 g 5.38 g 1.67 g	2.49 g 1.38 g 0.00 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(00110) Óvodás (4-6 év)	24.40 g 0.16 g 0.84 g	24.86 g 0.16 g 1.39 g	32.38 g 1.66 g 0.78 g	24.88 g 0.16 g 0.88 g	11.84 g 0.00 g 0.00 g

.....

Élelmezési

osztályvezető

.....

Vezető

dietetikus

.....

Gazdaságvezető

