

Heti étlap 2026.05.25. - 2026.05.29.

		kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	(00110) Óvodás (4-6 év)	Gyümölcs tea *, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Margarin kenő(7), Trappista sajt"A"[7,(1)]			Forralt tej[7], Kakaós csiga (1 db)"A"			Citromos tea ovi., Fehér kovászos kenyér[1,(7)], Margarin kenő(7), Gépsonka(1,6,7), Paradicsom tisztított			Tejshake[7], Molnárka"A"[1,3,7], Vaj * [7]		
		Energia: 241.66 Kcal / 1,010.14 KJ			Energia: 334.69 Kcal / 1,399.00 KJ			Energia: 203.65 Kcal / 851.26 KJ			Energia: 270.67 Kcal / 1,131.40 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		9.57 g	10.25 g	3.77 g	10.40 g	15.30 g	2.00 g	8.26 g	4.90 g	1.05 g	7.74 g	14.92 g	8.78 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	26.17 g	2.48 g	0.93 g	36.50 g	0.00 g	0.23 g	27.41 g	5.00 g	0.75 g	35.95 g	0.36 g	0.65 g	
Ebéd	(00110) Óvodás (4-6 év)	Gulyásleves [9], Tejbenrizs ovi[7], Alma mosott, Kakaó szórát(1)			Csontleves zöldségekkel [1,3], Tejfőlés burgonya főz. [1,7], Vagdatl sütőben sertés[1,3]			Fahéjas almaleves [1,7], Bolognai spagetti [1], Reszelt sajt[7,(1)]			Rántott csirkemell [1,3], Petrezselymes burgonya, Uborka saláta , Üdítő 2 dl		
		Energia: 345.36 Kcal / 1,443.60 KJ			Energia: 347.41 Kcal / 1,452.17 KJ			Energia: 531.22 Kcal / 2,220.50 KJ			Energia: 726.86 Kcal / 3,038.27 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		22.47 g	12.06 g	4.36 g	16.04 g	20.01 g	6.03 g	24.28 g	24.70 g	8.38 g	29.77 g	22.41 g	2.75 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	68.24 g	21.92 g	1.15 g	41.54 g	1.04 g	2.81 g	70.32 g	9.63 g	2.29 g	95.44 g	2.00 g	2.85 g	
Uzsonna	(00110) Óvodás (4-6 év)	Uborka tisztított, Zsemle hosszú[1,3,7], Margarin kenő(7), Téliszalámi * (1,6,7)			Zöldpaprika tisztított, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Margarin kenő(7), Párizsi, *(1,6,7,10)			Gomolysajtkrém snidlinges[7,(1)], Korpás zsemle 44 gr[1,3,7,(8,11)]			Zöldpaprika tisztított, Zsemle "A"[1,7], Kenőmájás(1,6,7,10)		
		Energia: 217.80 Kcal / 910.40 KJ			Energia: 217.23 Kcal / 908.02 KJ			Energia: 153.00 Kcal / 639.54 KJ			Energia: 156.35 Kcal / 653.54 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		8.20 g	11.22 g	4.12 g	7.56 g	8.83 g	1.78 g	23.08 g	4.36 g	2.39 g	6.16 g	6.07 g	2.30 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	21.02 g	0.00 g	1.29 g	25.20 g	0.16 g	1.20 g	30.86 g	0.20 g	0.94 g	24.12 g	0.00 g	0.92 g	

.....
Élelmezési

osztályvezető

.....
Vezető

dietetikus

.....
Gazdaságvezető

