

Heti étlap 2026.08.03. - 2026.08.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
Tízórai	(00110) Óvodás (4-6 év)	Kakaó [7,(1)], Vaj *[7], Kalács[1,3,7]	Petrezselymes sajtkrém ovi.[7, (1)], Teljes kiőrlésű kenyér[1], Limonádé	Citromos tea ovi., Körözött [7], Kukoricás kenyér [1], Paradicsom tisztított	Forralt tej[7], Gabonapehely, teljes kiörl.[1,(11)]	Gyümölcs tea *, Baromfi sonka krém ovi[7, (1,6,10)], Fehér kovászos kenyér[1, (7)], Kaliforniai paprika tisztított	Forralt tej[7], Fatörzskifli
		Energia: 153.29 Kcal / 640.75 KJ	Energia: 297.21 Kcal / 1,242.34 KJ	Energia: 246.04 Kcal / 1,028.45 KJ	Energia: 158.40 Kcal / 662.11 KJ	Energia: 174.25 Kcal / 728.37 KJ	Energia: 77.51 Kcal / 323.99 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		11.55 g 16.85 g 9.89 g	8.34 g 5.02 g 1.97 g	9.77 g 3.12 g 1.56 g	9.60 g 3.50 g 2.00 g	6.61 g 3.96 g 1.52 g	6.60 g 3.00 g 2.00 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00110) Óvodás (4-6 év)	Brokkoli leves [1,3,7], Levesgyöngy"A"[1, 3,7], Bácskai rizseshús , Uborka saláta	Lebbencsleves [1], Zöldborsófőzelék [1,7], Csirke nuggets, Fehér kovászos kenyér[1, (7)]	Csontleves zöldségekkel[1,3], Rakott kelkáposzta [7], Sárgadinnye	Paradicsom leves [1,3], Brassói aprópecsenye , Főtt burgonya ovi., Csemege uborka [10]	Karalábéleves [1,3,7], Carbonara spagetti** [1,3,7, (6)], Reszelt sajt[7, (1)]	Csurgatott tojás leves [1,3], Zöldbabfőzelék ovis* [1,7], Csirkepörkölt
		Energia: 291.40 Kcal / 1,218.05 KJ	Energia: 345.17 Kcal / 1,442.81 KJ	Energia: 418.76 Kcal / 1,750.42 KJ	Energia: 497.84 Kcal / 2,080.97 KJ	Energia: 492.95 Kcal / 2,060.53 KJ	Energia: 334.94 Kcal / 1,400.05 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		23.31 g 23.52 g 5.42 g	17.12 g 6.30 g 0.61 g	24.17 g 20.80 g 6.55 g	20.53 g 18.61 g 3.22 g	25.83 g 18.00 g 6.94 g	22.49 g 15.75 g 2.62 g
		Szénhidrát Cukor Só	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], Tonhalkrém[7,10, (12)], Körte	Zsemle "A"[1,7], Margarin kenő(7), Diák csemege * (1,6,7), Uborka tisztított	Magvas kenyér[1], Margarin kenő(7), Csirkemell sonka Kedvenc ízek	Korpás zsemle 44 gr[1,3,7,(8,11)], Margarin kenő(7), Párizsi, * (1,6,7,10), Zöldpaprika tisztított	Lekváros bukta"A"	Félbarna kenyér[1, (6,7)], Margarin kenő(7), Gépsonka (1,6,7), Kaliforniai paprika
		Energia: 197.94 Kcal / 827.39 KJ	Energia: 208.41 Kcal / 871.15 KJ	Energia: 198.38 Kcal / 829.23 KJ	Energia: 186.18 Kcal / 778.23 KJ	Energia: 173.92 Kcal / 726.99 KJ	Energia: 178.82 Kcal / 747.47 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		7.91 g 5.67 g 1.51 g	5.88 g 9.62 g 2.54 g	10.21 g 7.65 g 1.60 g	23.21 g 7.48 g 1.48 g	3.20 g 3.60 g 0.90 g	8.04 g 4.86 g 1.03 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só

.....

Élelmezési	osztályvezető	Vezető	Gazdaságvezető
		dietetikus	

