

Heti étlap 2026.09.28. - 2026.10.02.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00110) Óvodás (4-6 év)	Kakaó [7,(1)], Briós "A"[1,3,7]	Citromos tea ovi., Humusz[3,7,10,(1,12)], Fehér kovászos kenyér[1, (7)]	Forralt tej[7], Gabonapehely, teljes kiörl.[1,(11)]	Gyümölcs tea *, Vajkrém natúr[7], Teljes kiörlésű kenyér[1], Paradicsom tisztított	Gyümölcs tea *, Párizsi, *(1,6,7,10), Margarin kenő (7), Teljes kiörlésű kenyér [1], Uborka tisztított
		Energia: 239.31 Kcal / 1,000.32 KJ	Energia: 192.06 Kcal / 802.81 KJ	Energia: 158.40 Kcal / 662.11 KJ	Energia: 167.36 Kcal / 699.56 KJ	Energia: 224.49 Kcal / 938.37 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		11.32 g 7.52 g 4.09 g	7.10 g 5.27 g 1.02 g	9.60 g 3.50 g 2.00 g	4.69 g 3.79 g 1.28 g	7.53 g 8.78 g 1.78 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00110) Óvodás (4-6 év)	Paradicsom leves [1,3], Rakott karfiol [7]	Csurgatott tojás leves [1,3], Lecsós sertés apró, Főtt burgonya ovi., Kinder tejszelet	Májgaluska leves zöldséggel[1,3], Grill csirkecsíkok, Tejszínesgomba mártás [7], Bulgur [1]	Palócleves [1,7], Tejbedara [1,7], Kakaó szórat(1), Alma mosott	Gesztenyekrém leves [1,7], Rántott csirkemell [1,3], Párolt pirítósos rizsköret
		Energia: 320.88 Kcal / 1,341.28 KJ	Energia: 467.06 Kcal / 1,952.31 KJ	Energia: 388.80 Kcal / 1,625.18 KJ	Energia: 452.52 Kcal / 1,891.53 KJ	Energia: 806.85 Kcal / 3,372.63 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		16.25 g 24.95 g 5.77 g	21.12 g 18.34 g 3.37 g	39.61 g 21.08 g 3.41 g	20.20 g 13.27 g 5.04 g	29.19 g 23.24 g 4.11 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(00110) Óvodás (4-6 év)	Teljes kiörlésű kenyér[1], Kenőmájas(1,6,7,10), Zöldpaprika tisztított	Korpás zsemle 44 gr [1,3,7,(8,11)], Trappista sajt"A"[7,(1)], Margarin kenő(7), Kaliforniai paprika tisztított	Fehér kovászos kenyér[1, (7)], Margarin kenő(7), Gépsonka(1,6,7), Uborka tisztított	Zsemle hosszú[1,3,7], Margarin kenő(7), Téliszalámi *(1,6,7)	Réteges krémm joghurt *[7], Kifli[1]
		Energia: 165.56 Kcal / 692.04 KJ	Energia: 201.67 Kcal / 842.98 KJ	Energia: 181.19 Kcal / 757.37 KJ	Energia: 215.17 Kcal / 899.41 KJ	Energia: 255.26 Kcal / 1,066.99 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		6.61 g 6.22 g 2.30 g	25.21 g 8.90 g 3.47 g	8.27 g 4.88 g 1.04 g	7.98 g 11.20 g 4.12 g	10.56 g 8.80 g 4.21 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só

.....

Élelmezési

osztályvezető

.....

Vezető

dietetikus

.....

Gazdaságvezető

