



Humanitárius Kft
8111.Seregélyes Fő u.201
Adószám: 13942094-2-07
06-22-871-823

Heti étlap 2026.02.02. - 2026.02.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00481) Gyermek (4-6 év) Ovi	Kakaó 2,5dl ovi[7,(1)], Croissan, csokis[1,3,7,(6)]	Kifli, sajtos [1,3,7], Tea 2dl, Vajkrém, magyaros[7], Paradicsom	Teljes kiörlésű kenyér[1], Margarin Light(7), Trapista sajt[7,(1)], Tea 2dl	Tej 1,5% Dobozos[7], Gabonapehely, kakós[1,(3,15)]	Tea 2dl, Teljes kiörlésű kenyér[1], Margarin Light(7), Csirkemell sonka (1,6,7), Uborka
		Energia: 366,29 Kcal / 1 531,09 KJ	Energia: 174,36 Kcal / 728,82 KJ	Energia: 166,50 Kcal / 695,97 KJ	Energia: 211,00 Kcal / 881,98 KJ	Energia: 65,98 Kcal / 275,80 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		11,83 g13,66 g2,29 g	6,21 g6,66 g3,43 g	13,03 g16,40 g8,48 g	9,80 g3,60 g2,13 g	5,55 g3,29 g0,86 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Ebéd	(00481) Gyermek (4-6 év) Ovi	Zöldbableves ovi[1,9], Paprikás burgonya ovi(1), Félbarna kenyér[1, (6,7)]	Májgaluska leves ovi[1,3,7,9,11], Stroganoff sertéstokány ovi[1,7,10, (12)], Főtt rizs ovi	Zöldségleves ovi[9,(1)], Kelkáposzta főzelék ovi[1], Bundás mackó ovi, Félbarna kenyér[1,(6,7)]	Barackleves ovi[7,(1,6,8,12)], Sertés pörkölt* , Tészta köret ovi[1,3], Savanyúság különféle[10]	Sertésraguleves ovi[1,7], Mákos meggyes csiga[1,3,7,(8)], Gyümölcs
		Energia: 567,26 Kcal / 2 371,15 KJ	Energia: 593,46 Kcal / 2 480,66 KJ	Energia: 512,58 Kcal / 2 142,58 KJ	Energia: 350,89 Kcal / 1 466,72 KJ	Energia: 323,68 Kcal / 1 352,98 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		16,13 g15,98 g2,66 g	24,55 g26,81 g7,43 g	25,44 g26,71 g2,35 g	19,55 g21,91 g6,68 g	19,55 g25,09 g7,40 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Uzsonna	(00481) Gyermek (4-6 év) Ovi	Margarin Light(7), Zöldpaprika, Kópé Felvágott(1,6,7,10), Teljes kiörlésű kenyér[1]	Puding, Babapiskóta[1,3,(12)]	Kalácska Házi, Margarin Light(7), Lekvár(12)	Körözött túró[7], Jégcsap retek, Teljes kiörlésű kenyér[1]	Félbarna kenyér[1,(6,7)], Margarin Light(7), Főtt tojás ovi[3]
		Energia: 35,90 Kcal / 150,06 KJ	Energia: 92,35 Kcal / 386,02 KJ	Energia: 314,99 Kcal / 1 316,66 KJ	Energia: 6,42 Kcal / 26,84 KJ	Energia: 71,72 Kcal / 299,79 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		3,43 g5,42 g1,71 g	2,54 g1,62 g0,31 g	3,91 g4,90 g1,33 g	2,77 g0,71 g0,21 g	5,65 g7,60 g2,04 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00481) Gyermek (4-6 év) Ovi					

Az étlap változtatás jogát fentartjuk!