



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




Heti étlap 2026.05.04. - 2026.05.08.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	
Tízórai	(00481) Gyermek (4-6 év) Ovi	kakaós csiga[1,7,(6,12)], Tej 1,5% Dobozos[7]	Tea 2dl, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Tonhalkrém[4, (1,7)], Paradicsom	Vajkrém metéltőhagymás [7], Uborka, Tej 1,5% Dobozos[7], Császárszemle[1]	Kakaó 2,5dl ovi[7,(1)], Margarin Light(7), Párizsi [6,(1,7,10)], Jégcsap retek, Teljes kiőrlésű Zsemle gab.tőrettel[1]	Tea 2dl, Félbarna kenyér [1,(6,7)], Nuttini kakaókrém[6,7,(1,8)]	
		Energia: 97,06 Kcal / 405,71 KJ	Energia: 45,90 Kcal / 191,86 KJ	Energia: 295,58 Kcal / 1 235,52 KJ	Energia: 174,90 Kcal / 731,08 KJ	Energia: 174,42 Kcal / 729,08 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
		12,38 g 8,89 g 2,99 g	4,39 g 3,76 g 1,00 g	11,64 g 11,33 g 5,50 g	14,70 g 7,78 g 3,17 g	3,35 g 6,42 g 1,21 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
37,67 g 6,87 g 0,48 g	18,82 g 9,99 g 0,19 g	36,42 g 0,00 g 0,28 g	48,18 g 9,99 g 1,10 g	32,01 g 20,99 g 0,67 g			

Ebéd	(00481) Gyermek (4-6 év) Ovi	Paradicsom leves ovi[1], Kukoricapelyhes csirkemell(1,6,7), Karottás rizs ovi[9,(1)]	Sárgaborsó leves ovi[1], Vadas Sert.tokány ovi [1,7,10,(12)], Spagetti ovi [1,3]	Zöldségleves ovi[9,(1)], Alföldi Tarhonyáshús ovi [1,3], Savanyúság különféle[10]	Húsleves ovi[1,3,9], Finomfőzelék ovi[1,7], Sült csirkemell kocka, Félbarna kenyér[1,(6,7)]	Frankfurti leves ovi[1,7,9, (6,10)], pizzás csiga, Gyümölcs	
		Energia: 371,42 Kcal / 1 552,54 KJ	Energia: 765,54 Kcal / 3 199,96 KJ	Energia: 399,91 Kcal / 1 671,62 KJ	Energia: 388,64 Kcal / 1 624,52 KJ	Energia: 381,33 Kcal / 1 593,96 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	
		22,09 g 15,94 g 2,09 g	34,49 g 27,08 g 7,01 g	19,59 g 17,63 g 5,05 g	27,08 g 9,96 g 1,48 g	12,90 g 15,09 g 3,92 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
60,41 g 5,00 g 2,66 g	101,31 g 2,00 g 4,34 g	44,83 g 0,00 g 2,17 g	53,92 g 4,00 g 4,29 g	46,93 g 0,00 g 1,85 g			

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00481) Gyermek (4-6 év) Ovi	Teljes kiörlésű kenyér[1], Margarin Light(7), Olasz felvágott(1,6,7), Paradicsom	Teljes kiörlésű kenyér[1], Kenőmájjas(1,6,7,10), Pritamin paprika	Kockasajt[7,(1)], Kifli teljes kiörlésű[1,7]	Kefír poharas [7], Kifli pizzás	Sajtkrém, natur[7,(1)], Teljes kiörlésű kenyér[1], Pritamin paprika
		Energia: 51,27 Kcal / 214,31 KJ	Energia: 67,04 Kcal / 280,23 KJ	Energia: 180,46 Kcal / 754,32 KJ	Energia: 244,01 Kcal / 1 019,96 KJ	Energia: 79,58 Kcal / 332,64 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		5,73 g 9,02 g 2,99 g	5,27 g 5,84 g 2,54 g	7,48 g 5,31 g 2,97 g	10,30 g 8,70 g 3,91 g	3,19 g 8,00 g 4,59 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
14,94 g 0,00 g 1,26 g	10,04 g 0,00 g 0,74 g	25,48 g 0,00 g 0,56 g	30,00 g 0,00 g 0,60 g	10,38 g 0,00 g 0,43 g		

Az étlap változtatás jogát fentartjuk!

