



Heti étlap 2026.10.05. - 2026.10.09.

		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 metélőhagymás[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
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		12,38 g8,89 g2,99 g	4,39 g3,76 g1,00 g	11,64 g11,33 g5,50 g	14,70 g7,78 g3,17 g	3,35 g6,42 g1,21 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Ebéd	(00481) Gyermek (4-6 év) Ovi	Málnakrémleves[1,7], Burgonya, petrezselymes ovi, Panírozott halrudak ovi[1,3,4,(7)]	Húsleves ovi[1,3,9], Kelkáposzta főzelék ovi[1], Főtt virsli ovi (1,6,7,10), Félbarna kenyér[1,(6,7)]	Zöldbaleves ovi[1,9], Bakonyi tokány[1,7], Tészta Köret++ovi[1,3]	Zellerleves ovi[1,3,9], Rizses hús ovi, Savanyúság különféle[10], Túró Rudi[6,7]	Csirkeguleves ovi[1,3,9], Piskótatekercs, Gyümölcs
		Energia: 524,00 Kcal / 2 190,32 KJ	Energia: 497,16 Kcal / 2 078,13 KJ	Energia: 667,07 Kcal / 2 788,35 KJ	Energia: 767,65 Kcal / 3 208,78 KJ	Energia: 528,80 Kcal / 2 210,38 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		10,53 g22,78 g3,40 g	26,92 g23,19 g5,64 g	36,78 g39,22 g10,76 g	27,62 g45,89 g21,64 g	17,08 g22,96 g0,69 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Uzsonna	(00481) Gyermek (4-6 év) Ovi	Teljes kiőrlésű kenyér[1], Margarin Light(7), Olasz felvágott(1,6,7), Paradicsom	Teljes kiőrlésű kenyér[1], Kenőmájás (1,6,7,10), Pritamin paprika	Kockasajt[7,(1)], Kifli teljes kiőrlésű [1,7]	Kefir poharas [7], Kifli pizzás	Sajtkrém, natur[7,(1)], Teljes kiőrlésű 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
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		5,73 g9,02 g2,99 g	5,27 g5,84 g2,54 g	7,48 g5,31 g2,97 g	10,30 g8,70 g3,91 g	3,19 g8,00 g4,59 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó

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

Az étlap változtatás jogát fentartjuk!

