



Heti étlap 2026.10.12. - 2026.10.16.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00481) Gyermek (4-6 év) Ovi	Tej 1,5% Dobozos[7], Kalács fonott [1,3,7]	Tea 2dl, Teljes kiőrlésű kenyér[1], brokkolis zöldség pástétom(1)	Félbarna kenyér[1,(6,7)], Tej 1,5% Dobozos[7], görögös gourmet krém [7], Zöldpaprika	Rozskenyér[1], Margarin (7), Sajtós párizsi[7,(1,6)], Tea 2dl, Jégcsap retek	Tej 1,5% Dobozos[7], Gabonapehely, kakós[1,(3,15)]
		Energia: 218,00 Kcal / 911,24 KJ	Energia: 46,21 Kcal / 193,16 KJ	Energia: 146,97 Kcal / 614,33 KJ	Energia: 135,60 Kcal / 566,81 KJ	Energia: 286,96 Kcal / 1 199,49 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		10,34 g 6,15 g 2,93 g	1,99 g 0,67 g 0,06 g	10,32 g 4,17 g 2,23 g	3,39 g 5,03 g 1,61 g	11,80 g 4,00 g 2,46 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00481) Gyermek (4-6 év) Ovi	Burgonyaleves ovi[1,3,9], Főtt rizs ovi, Rántott sajt ovi[7,(1)]	Csontleves ovi[1,3,9], Finomfőzelék ovi[1,7], Sült csirkemell kocka, Félbarna kenyér[1,(6,7)]	Zöldségleves ovi[9,(1)], Stroganoff sertéstokány ovi[1,7,10,(12)], Bulgur [1,(6,8,11)]	Kelbimbóleves ovi[1,3,9], Paradicsomos Burgonyafőzelék ovi [1], Panírozott Dínó , Félbarna kenyér [1,(6,7)]	Gulyásleves ovi[1,3,9], Mákos metélt ovi[1,3], Alma
		Energia: 676,83 Kcal / 2 829,15 KJ	Energia: 338,32 Kcal / 1 414,18 KJ	Energia: 256,13 Kcal / 1 070,62 KJ	Energia: 790,87 Kcal / 3 305,84 KJ	Energia: 354,79 Kcal / 1 483,02 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		22,16 g 35,10 g 11,35 g	25,75 g 6,26 g 1,12 g	17,38 g 19,77 g 5,93 g	22,97 g 38,62 g 3,32 g	29,00 g 18,10 g 4,20 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(00481) Gyermek (4-6 év) Ovi	Margarin (7), Tavaszi felvágott (1,6,7), Zöldpaprika, Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Vajkrém, magyaros[7], Paradicsom, Félbarna kenyér[1,(6,7)]	Teljes kiőrlésű kenyér[1], Főtt virsli ovi(1,6,7,10), Mustár [10,(12)]	Krémtúró vaníliás[7,(1)], Kifli[1,7]	Teljes kiőrlésű kenyér[1], Margarin (7), Zöldpaprika, Trappista sajt[7,(1)]
		Energia: 49,68 Kcal / 207,66 KJ	Energia: 112,58 Kcal / 470,58 KJ	Energia: 132,85 Kcal / 555,31 KJ	Energia: 282,65 Kcal / 1 181,48 KJ	Energia: 178,38 Kcal / 745,63 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		3,65 g 4,50 g 1,39 g	3,15 g 8,29 g 3,96 g	8,96 g 11,20 g 3,89 g	15,05 g 9,21 g 4,77 g	15,95 g 16,36 g 9,49 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só

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

Az étlap változtatás jogát fentartjuk!