



Heti étlap 2025.12.08. - 2025.12.12.

Ebéd	(00481) Gyermek (4-6 év) Ovi	Eperkrém leves ovi[7], Panírozott halrudak ovi [1,3,4,(7)], Rizi-bizi ovi [9,(1)]	Sárgaborsó leves ovi [1], Bakonyi Gombapaprikás ovi [1,7], Galuska köret [1,3]	Daragaluska leves ovi [1,3,9], Zöldbabfőzelék ovi[7], Sertés pörkölt+* , Félbarna kenyér[1, (6,7)]	Karfiolleves ovi[1,9], Bolognai spagetti ovi [1,3,7,9], Reszelt sajt[7]	Frankfurti leves ovi [1,7,9,(6,10)], Vaníliás pudingos tekercs[1,3,7, (6,12)], Gyümölcs										
		Energia: 535,71 Kcal / 2 239,27 KJ	Energia: 656,19 Kcal / 2 742,87 KJ	Energia: 430,53 Kcal / 1 799,62 KJ	Energia: 591,51 Kcal / 2 472,51 KJ	Energia: 258,84 Kcal / 1 081,95 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
		12,54 g	18,15 g	2,83 g	26,55 g	17,73 g	3,61 g	18,85 g	23,57 g	5,87 g	26,23 g	25,67 g	7,76 g	10,52 g	12,97 g	4,19 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		81,96 g	17,48 g	0,02 g	98,66 g	0,00 g	5,67 g	42,12 g	2,00 g	5,11 g	66,72 g	2,17 g	1,80 g	33,54 g	1,37 g	1,89 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00481) Gyermek (4-6 év) Ovi	Margarin Light(7), Tavaszi felvágott(1,6,7), Zöldpaprika, Teljes kiörlésű kenyér[1]	Vajkrém, magyaros[7], Paradicsom, Félbarna kenyér[1,(6,7)]	Teljes kiörlésű kenyér [1], Főtt virsli ovi (1,6,7,10), Mustár [10, (12)]	Krémtúró vanilliás[7, (1)], Kifli[1,7]	Teljes kiörlésű kenyér [1], Margarin Light(7), Zöldpaprika, Trapista sajt[7,(1)]
		Energia: 31,44 Kcal / 131,42 KJ	Energia: 36,62 Kcal / 153,07 KJ	Energia: 132,85 Kcal / 555,31 KJ	Energia: 282,65 Kcal / 1 181,48 KJ	Energia: 160,14 Kcal / 669,39 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		3,65 g4,94 g1,51 g	3,15 g8,29 g3,96 g	8,96 g11,20 g3,89 g	15,05 g9,21 g4,77 g	15,95 g16,80 g9,61 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		10,35 g0,00 g0,60 g	14,28 g0,00 g0,50 g	12,78 g0,00 g1,73 g	41,17 g16,09 g0,04 g	10,79 g0,00 g1,53 g

Az étlap változtatás jogát fentartjuk!