



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

Heti étlap 2026.02.16. - 2026.02.20.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermekek (1-3 év) bölcsei	Kakaó 1,5dl[7,(1)], Kalács fonott [1,3,7]	Tej 2,8% [7], Teljes kiőrlésű kenyér [1], brokkolis zöldség pástétom(1)	Félbarna kenyér[1,(6,7)], Tej 2,8% [7], görögös gourmet krém[7], Zöldpaprika	Tej 2,8% [7], Rozskenyér[1], Margarin Light(7), Sajtós párizsi[7, (1,6)], Jégcsap retek	Tej 2,8% [7], Gabonapehely, kakós [1,(3,15)]
		Energia: 241,09 Kcal / 1 007,76 KJ	Energia: 95,12 Kcal / 397,60 KJ	Energia: 33,70 Kcal / 140,87 KJ	Energia: 166,27 Kcal / 695,01 KJ	Energia: 122,98 Kcal / 514,06 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		8,97 g7,74 g3,81 g	7,00 g4,85 g2,34 g	2,27 g0,83 g0,42 g	8,40 g9,65 g4,01 g	3,51 g1,02 g0,73 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Tízórai	(00480) Gyermekek (1-3 év) bölcsei	Gyümölcs	Gyümölcs	Gyümölcs	Gyümölcs	Gyümölcs
		Energia: 17,39 Kcal / 72,69 KJ	Energia: 17,39 Kcal / 72,69 KJ	Energia: 17,39 Kcal / 72,69 KJ	Energia: 17,39 Kcal / 72,69 KJ	Energia: 17,39 Kcal / 72,69 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		0,20 g0,20 g0,00 g	0,20 g0,20 g0,00 g	0,20 g0,20 g0,00 g	0,20 g0,20 g0,00 g	0,20 g0,20 g0,00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év) bölcsei	Rizseshús(1), Savanyúság különféle [10], Gyümölcs	Finomfőzelék [1,7], Sült csirkemell kocka, Félbarna kenyér[1,(6,7)], Gyümölcs	Palócleves ovi[1,7], Almával töltött rúd, Gyümölcs	Burgonya főzelék[1,7], Rántott párizsi [1,3,(6,7)], Félbarna kenyér[1, (6,7)], Gyümölcs	Bakonyi tokány[1,7], Tészta köret [1,3], Gyümölcs
		Energia: 385,73 Kcal / 1 612,35 KJ	Energia: 322,66 Kcal / 1 348,72 KJ	Energia: 278,08 Kcal / 1 162,37 KJ	Energia: 582,98 Kcal / 2 436,86 KJ	Energia: 442,36 Kcal / 1 849,06 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		13,78 g15,48 g4,74 g	19,83 g10,29 g2,22 g	10,58 g16,01 g4,57 g	18,99 g29,14 g4,16 g	23,45 g28,74 g8,66 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00480) Gyermekek (1-3 év) bölcse	Tea 1,5dl, Margarin Light(7), Tavaszi felvágott(1,6,7), Zöldpaprika, Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Tea 1,5dl, Vajkrém, magyaros[7], Paradicsom, Félbarna kenyér[1,(6,7)]	Tea 1,5dl, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Főtt virsli (1,6,7,10), Mustár [10,(12)]	Tea 1,5dl, Krémtúrós vaníliás[7,(1)], Kifli[1,7]	Tea 1,5dl, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Margarin Light(7), Zöldpaprika, Trappista sajt[7,(1)]
		Energia: 54,39 Kcal / 227,35 KJ	Energia: 55,08 Kcal / 230,23 KJ	Energia: 119,67 Kcal / 500,22 KJ	Energia: 307,56 Kcal / 1 285,60 KJ	Energia: 183,09 Kcal / 765,32 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		3,58 g4,92 g1,51 g	2,71 g8,25 g3,94 g	6,97 g8,09 g2,80 g	15,10 g9,22 g4,77 g	15,42 g16,72 g9,61 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		16,14 g5,99 g0,60 g	17,75 g5,99 g0,40 g	17,74 g5,99 g1,28 g	47,26 g22,08 g0,04 g	14,23 g5,99 g1,49 g

Az étlap változtatás jogát fentartjuk!