



HELLÓ JÚLIUS!



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



Heti étlap 2025.06.30. - 2025.07.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermekek (1-3 év) bölcsi	Tej 1,5dl[7], csokis csiga [1,7,(6,12)]	Tej 1,5dl[7], Teljes kiörlesű kenyér[1], Tonhalkrém[4,(1,7)], Paradicsom	Tej 1,5dl[7], Vajkrém metélőhagymás[7], Uborka, Császárszemle[1]	Kakaó 1,5dl[7,(1)], Margarin Light(7), Párizsi [6,(1,7,10)], Jégcsap retek, Teljes kiörlesű Zsemle gab.tőrettel[1]	Tej 1,5dl[7], Félbarna kenyér[1,(6,7)], Nuttini kakaókrém[6,7,(1,8)]
		Energia: 90,43 Kcal / 378,00 KJ	Energia: 94,81 Kcal / 396,31 KJ	Energia: 288,95 Kcal / 1 207,81 KJ	Energia: 127,32 Kcal / 532,20 KJ	Energia: 216,88 Kcal / 906,56 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		10,68 g 10,09 g 3,64 g	9,40 g 7,94 g 3,28 g	9,94 g 12,53 g 6,15 g	11,26 g 8,19 g 3,39 g	7,87 g 10,55 g 3,48 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Tízórai	(00480) Gyermekek (1-3 év) bölcsi	Gyümölcs	Gyümölcs	Gyümölcs	Gyümölcs	Gyümölcs
		Energia: 34,79 Kcal / 145,42 KJ	Energia: 34,79 Kcal / 145,42 KJ	Energia: 34,79 Kcal / 145,42 KJ	Energia: 34,79 Kcal / 145,42 KJ	Energia: 34,79 Kcal / 145,42 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		0,40 g 0,40 g 0,00 g	0,40 g 0,40 g 0,00 g	0,40 g 0,40 g 0,00 g	0,40 g 0,40 g 0,00 g	0,40 g 0,40 g 0,00 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év) bölcsi	Grill sajt[7,(1)], Főtt rizs , Gyümölcs	Párolt csirkemell bölcsi[9, (1)], Burgonya petrezselymes , Savanyúság különféle [10], Gyümölcs	Gyümölcslé 100% 2dl, Tarhonyáshús[1,3], Savanyúság különféle[10]	Burgonya főzelék[1,7], Panírozott Dínó , Félbarna kenyér[1,(6,7)], Gyümölcs	Sertésraguleves ovi[1,7], Gyümölcs
		Energia: 332,88 Kcal / 1 391,44 KJ	Energia: 256,97 Kcal / 1 074,13 KJ	Energia: 338,03 Kcal / 1 412,97 KJ	Energia: 538,77 Kcal / 2 252,06 KJ	Energia: 306,28 Kcal / 1 280,25 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		17,89 g 14,39 g 8,96 g	14,41 g 5,61 g 0,67 g	16,31 g 16,50 g 4,79 g	15,83 g 34,07 g 2,86 g	13,28 g 19,08 g 5,12 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só





HELLÓ JÚLIUS!



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

Heti étlap 2025.06.30. - 2025.07.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év) bölcsi					
Uzsonna	(00480) Gyermekek (1-3 év) bölcsi	Tea 1,5dl, Margarin Light (7), Olasz felvágott(1,6,7), Zöldpaprika, Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Tea 1,5dl, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Kenőmájas (1,6,7,10), Pritamin paprika	Tea 1,5dl, Kockasajt[7, (1)], Kifli teljes kiőrlésű [1,7]	Kefír poharas [7], Kifli pizzás, Tea 1,5dl	Tea 1,5dl, Sajtkrém, natur[7,(1)], Teljes kiőrlésű kenyér[1], Pritamin paprika
		Energia: 75,72 Kcal / 316,51 KJ	Energia: 91,95 Kcal / 384,35 KJ	Energia: 205,37 Kcal / 858,45 KJ	Energia: 268,92 Kcal / 1 124,09 KJ	Energia: 104,49 Kcal / 436,77 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		4,43 g8,86 g2,97 g	5,32 g5,85 g2,54 g	7,53 g5,32 g2,97 g	10,35 g8,71 g3,91 g	3,24 g8,01 g4,59 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		13,79 g5,99 g1,12 g	16,13 g5,99 g0,74 g	31,57 g5,99 g0,56 g	36,09 g5,99 g0,60 g	16,47 g5,99 g0,43 g

Az étlap változtatás jogát fentartjuk!