



Heti étlap 2026.09.07. - 2026.09.11.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermekek (1-3 év) bölcsei	Tej 1,5dl[7], kakaós csiga[1,7,(6,12)]	Tej 1,5dl[7], Teljes kiőrlésű 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 kiőrlésű 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
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		10,68 g10,09 g3,64 g	9,40 g7,94 g3,28 g	9,94 g12,53 g6,15 g	11,26 g8,19 g3,39 g	7,87 g10,55 g3,48 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Tízórai	(00480) Gyermekek (1-3 év) bölcsei	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
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		0,40 g0,40 g0,00 g	0,40 g0,40 g0,00 g	0,40 g0,40 g0,00 g	0,40 g0,40 g0,00 g	0,40 g0,40 g0,00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év) bölcsei	Panírozott halrudak[1,3,4,(7)], Kukoricás Rizs bölcsei, Gyümölcs	Sertés pörkölt*, Galuska bölcsei, Savanyúság különféle[10], Gyümölcs	Tököfélék ovi[1,7], Főtt virsli (1,6,7,10), Félbarna kenyér[1,(6,7)], Gyümölcs	Hentes tokány ovi[1,10,(6,7)], Bulgur [1,(6,8,11)], Gyümölcs	Bableves bölcsei[1,3,9], Pogácsa, Gyümölcs
		Energia: 763,56 Kcal / 3 191,68 KJ	Energia: 517,55 Kcal / 2 163,36 KJ	Energia: 337,37 Kcal / 1 410,21 KJ	Energia: 283,85 Kcal / 1 186,49 KJ	Energia: 336,18 Kcal / 1 405,23 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		16,74 g28,83 g2,90 g	19,27 g14,90 g3,28 g	12,85 g15,11 g4,51 g	16,48 g21,63 g6,40 g	9,92 g11,65 g0,17 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00480) Gyermek (1-3 év) bölcsei	Tea 1,5dl, Margarin Light(7), Olasz felvágott(1,6,7), Zöldpaprika, Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Tea 1,5dl, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Kenőmáj(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!