



Heti étlap 2026.09.14. - 2026.09.18.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermek (1-3 év) bölcsi	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
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		8,97 g 7,74 g 3,81 g	7,00 g 4,85 g 2,34 g	2,27 g 0,83 g 0,42 g	8,40 g 9,65 g 4,01 g	3,51 g 1,02 g 0,73 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Tízórai	(00480) Gyermek (1-3 év) bölcsi	33,59 g 8,28 g 0,48 g	17,52 g 0,00 g 0,40 g	9,12 g 3,00 g 0,33 g	16,81 g 0,00 g 0,60 g	24,80 g 8,70 g 0,25 g
		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
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
Ebéd	(00480) Gyermek (1-3 év) bölcsi	0,20 g 0,20 g 0,00 g	0,20 g 0,20 g 0,00 g	0,20 g 0,20 g 0,00 g	0,20 g 0,20 g 0,00 g	0,20 g 0,20 g 0,00 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		3,50 g 0,00 g 0,01 g	3,50 g 0,00 g 0,01 g	3,50 g 0,00 g 0,01 g	3,50 g 0,00 g 0,01 g	3,50 g 0,00 g 0,01 g
Ebéd	(00480) Gyermek (1-3 év) bölcsi	Rántott csirkemell[1,3], Burgonya petrezselymes , Savanyúság különféle[10], Gyümölcs	Tavaszi Rizseshús ovi, Gyümölcs	Mákos metélt ovi[1,3], Gyümölcs	Zöldbabfőzelék [7], Sertés pörkölt+*, Félbarna kenyér[1,(6,7)], Gyümölcs	csirkebecsinált leves[1,7], Vaníliás pudingos tekercs[1,3,7,(6,12)], Gyümölcs
		Energia: 677,45 Kcal / 2 831,74 KJ	Energia: 446,49 Kcal / 1 866,33 KJ	Energia: 199,62 Kcal / 834,41 KJ	Energia: 284,19 Kcal / 1 187,91 KJ	Energia: 204,09 Kcal / 853,10 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		35,06 g 31,12 g 3,85 g	15,74 g 18,97 g 4,96 g	16,09 g 13,71 g 2,72 g	10,47 g 16,67 g 3,71 g	12,97 g 10,24 g 2,38 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00480) Gyermek (1-3 év) bölcsi	64,66 g 0,00 g 2,33 g	54,41 g 0,00 g 0,72 g	79,61 g 9,99 g 1,00 g	27,67 g 1,80 g 3,40 g	23,92 g 1,37 g 2,61 g



		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, Krémtúró 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!