



Heti étlap 2026.09.28. - 2026.10.02.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermek (1-3 év) bölcsi	Kakaó 1,5dl[7,(1)], Croissan, csokis [1,3,7,(6)]	Kifli, sajtos [1,3,7], Vajkrém, magyaros[7], Paradicsom, Tej 1,5dl [7]	Teljes kiőrlésű kenyér[1], Margarin Light(7), Trapista sajt[7,(1)], Tej 1,5dl [7]	Tej 2,8% [7], Gabonapehely, kakós [1,(3,15)]	Teljes kiőrlésű kenyér[1], Margarin Light(7), Csirkemell sonka(1,6,7), Uborka, Tej 2,8% [7]
		Energia: 318,71 Kcal / 1 332,21 KJ	Energia: 223,27 Kcal / 933,27 KJ	Energia: 215,41 Kcal / 900,41 KJ	Energia: 234,51 Kcal / 980,25 KJ	Energia: 145,03 Kcal / 606,23 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		8,39 g14,07 g2,51 g	11,35 g12,84 g6,68 g	18,04 g20,58 g10,76 g	9,80 g6,20 g3,54 g	12,26 g8,87 g3,90 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Tízórai	(00480) Gyermek (1-3 év) bölcsi	37,89 g5,99 g0,17 g	29,50 g0,00 g0,93 g	18,00 g0,00 g1,60 g	34,60 g8,70 g0,46 g	21,17 g0,00 g0,99 g
		Gyümölcs	Gyümölcs	Gyümölcs	Gyümölcs	Gyümölcs
		Energia: 27,83 Kcal / 116,33 KJ	Energia: 27,83 Kcal / 116,33 KJ	Energia: 27,83 Kcal / 116,33 KJ	Energia: 27,83 Kcal / 116,33 KJ	Energia: 27,83 Kcal / 116,33 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
Ebéd	(00480) Gyermek (1-3 év) bölcsi	0,32 g0,32 g0,00 g	0,32 g0,32 g0,00 g	0,32 g0,32 g0,00 g	0,32 g0,32 g0,00 g	0,32 g0,32 g0,00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		5,60 g0,00 g0,01 g	5,60 g0,00 g0,01 g	5,60 g0,00 g0,01 g	5,60 g0,00 g0,01 g	5,60 g0,00 g0,01 g
Ebéd	(00480) Gyermek (1-3 év) bölcsi	Burgonya főzelék[1,7], Bundás mackó, Félbarna kenyér[1,(6,7)], Gyümölcs	ananaszos csirkeragu[1,7], Főtt rizs , Gyümölcs	Brassói aprópecsenye(friss)ovi(1), Gyümölcs	Sóska főzelék[1,7], Főtt tojás ovi[3], Félbarna kenyér[1,(6,7)], Gyümölcs	Bolognai Spagetti bölcsi[1,3], Reszelt sajt[7], Gyümölcs
		Energia: 461,28 Kcal / 1 928,15 KJ	Energia: 527,12 Kcal / 2 203,36 KJ	Energia: 512,93 Kcal / 2 144,05 KJ	Energia: 222,63 Kcal / 930,59 KJ	Energia: 533,32 Kcal / 2 229,28 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		14,23 g24,91 g2,85 g	19,92 g19,04 g3,45 g	18,28 g26,53 g5,99 g	8,08 g9,34 g2,20 g	21,49 g21,28 g6,24 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Ebéd	(00480) Gyermek (1-3 év) bölcsi	49,63 g0,00 g3,71 g	71,27 g5,45 g3,14 g	49,48 g0,00 g1,49 g	30,64 g7,19 g1,02 g	68,15 g5,05 g4,93 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00480) Gyermek (1-3 év) bölcsei	Margarin Light(7), Zöldpaprika, Kópé Felvágott(1,6,7,10), Teljes kiőrlésű kenyér[1], Tea 1,5dl	Puding, Babapiskóta[1,3,(12)], Tea 1,5dl	Margarin Light(7), Lekvár(12), Kalácska Házi, Tea 1,5dl	Körözött túró[7], Jégcsap retek, Tea 1,5dl, Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Félbarna kenyér[1,(6,7)], Margarin Light(7), Főtt tojás[3], Tea 1,5dl
		Energia: 60,81 Kcal / 254,19 KJ	Energia: 133,89 Kcal / 559,66 KJ	Energia: 339,90 Kcal / 1 420,78 KJ	Energia: 28,12 Kcal / 117,54 KJ	Energia: 83,74 Kcal / 350,03 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		3,48 g5,43 g1,71 g	3,05 g1,89 g0,37 g	3,96 g4,91 g1,33 g	1,66 g0,40 g0,11 g	4,72 g7,51 g2,01 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		13,76 g5,99 g0,62 g	25,89 g15,05 g0,04 g	51,28 g20,25 g0,27 g	13,38 g5,99 g0,18 g	16,70 g5,99 g0,74 g
						

Az étlap változtatás jogát fentartjuk!