

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



Heti étlap 2026.11.09. - 2026.11.13.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	**(00480) Gyermek (1-3 év) bölcsi**	Tej 2,8% [7], Croissant sajtos[1,3,7]	Kenőmájas(1,6,7,10), Sárgarépa, Tej 2,8% [7], Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Tej 2,8% [7], Margarin (7), Teljes kiőrlésű kenyér[1], Reszelt sajt[7]	Margarin (7), Félbarna kenyér[1,(6,7)], Méz, Tej 2,8% [7]	Kakaó 1,5dl[7,(1)], Briós [1,3,7]
		Energia: 90,43 Kcal / 378,00 Kj	Energia: 161,59 Kcal / 675,45 Kj	Energia: 143,50 Kcal / 599,83 Kj	Energia: 199,89 Kcal / 835,54 Kj	Energia: 281,34 Kcal / 1 176,00 Kj
		Fehérje: 10,32 g; Zsír: 18,65 g; T.Zsírsav: 9,33 g	Fehérje: 10,37 g; Zsír: 10,02 g; T.Zsírsav: 4,83 g	Fehérje: 9,09 g; Zsír: 8,64 g; T.Zsírsav: 4,50 g	Fehérje: 7,15 g; Zsír: 6,41 g; T.Zsírsav: 2,89 g	Fehérje: 9,67 g; Zsír: 8,38 g; T.Zsírsav: 4,07 g
		Szénhidrát: 27,34 g; Cukor: 0,00 g; Só: 0,61 g	Szénhidrát: 19,01 g; Cukor: 0,00 g; Só: 0,97 g	Szénhidrát: 15,60 g; Cukor: 0,06 g; Só: 0,47 g	Szénhidrát: 34,62 g; Cukor: 16,21 g; Só: 0,68 g	Szénhidrát: 41,47 g; Cukor: 12,73 g; Só: 0,55 g
Tízórai	**(00480) Gyermek (1-3 év) bölcsi**	Gyümölcs	Gyümölcs	Gyümölcs	Gyümölcs	Gyümölcs
		Energia: 17,39 Kcal / 72,69 Kj	Energia: 6,96 Kcal / 29,09 Kj	Energia: 10,44 Kcal / 43,64 Kj	Energia: 17,39 Kcal / 72,69 Kj	Energia: 10,44 Kcal / 43,64 Kj
		Fehérje: 0,20 g; Zsír: 0,20 g; T.Zsírsav: 0,00 g	Fehérje: 0,08 g; Zsír: 0,08 g; T.Zsírsav: 0,00 g	Fehérje: 0,12 g; Zsír: 0,12 g; T.Zsírsav: 0,00 g	Fehérje: 0,20 g; Zsír: 0,20 g; T.Zsírsav: 0,00 g	Fehérje: 0,12 g; Zsír: 0,12 g; T.Zsírsav: 0,00 g
		Szénhidrát: 3,50 g; Cukor: 0,00 g; Só: 0,01 g	Szénhidrát: 1,40 g; Cukor: 0,00 g; Só: 0,00 g	Szénhidrát: 2,10 g; Cukor: 0,00 g; Só: 0,00 g	Szénhidrát: 3,50 g; Cukor: 0,00 g; Só: 0,01 g	Szénhidrát: 2,10 g; Cukor: 0,00 g; Só: 0,00 g
Ebéd	**(00480) Gyermek (1-3 év) bölcsi**	Paprikás burgonya bölcsi(1,6,7,10), Savanyúság különféle[10], Gyümölcs, Félbarna kenyér[1,(6,7)]	Rántott sajt ovi[7,(1)], Karottás rizs ovi[9,(1)], Gyümölcs	Fejtett babfőzelék [1,7], Sertés pörkölt+* , Félbarna kenyér[1,(6,7)], Gyümölcs	Vadas sertéstokány++bölcsi[1,7,10,(12)], Zsemlegombóc ovi[1,3,7,11], Gyümölcs	Májgaluskaleves++bölcsi[9], Káposztás kocka ovi[1,3], Gyümölcs
		Energia: 392,79 Kcal / 1 641,86 Kj	Energia: 507,46 Kcal / 2 121,18 Kj	Energia: 446,21 Kcal / 1 865,16 Kj	Energia: 632,51 Kcal / 2 643,89 Kj	Energia: 482,66 Kcal / 2 017,52 Kj
		Fehérje: 12,79 g; Zsír: 13,39 g; T.Zsírsav: 4,56 g	Fehérje: 18,61 g; Zsír: 27,20 g; T.Zsírsav: 10,40 g	Fehérje: 22,42 g; Zsír: 15,31 g; T.Zsírsav: 4,11 g	Fehérje: 30,63 g; Zsír: 21,50 g; T.Zsírsav: 6,57 g	Fehérje: 17,88 g; Zsír: 18,48 g; T.Zsírsav: 1,55 g
		Szénhidrát: 60,20 g; Cukor: 0,00 g; Só: 3,47 g	Szénhidrát: 48,67 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,34 g	Szénhidrát: 60,72 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,66 g	Szénhidrát: 78,59 g; Cukor: 0,00 g; Só: 5,45 g	Szénhidrát: 59,74 g; Cukor: 1,00 g; Só: 4,36 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	**(00480) Gyermek (1-3 év) bölcsi**	Vajkrém natur[7], Uborka, Teljes kiörlésű kenyér[1], Tea 1,5dl	Kifli[1,7], Gyümölcsjoghurt [7,(1)], Tea 1,5dl	Tonhalkrém[3,4,7,10,(1)], Paradicsom, Tea 1,5dl, Császárzsemle[1]	Gombás felvágott(1,6,7), Margarin (7), Teljes kiörlésű kenyér[1], Sárgarépa, Tea 1,5dl	Margarin (7), Pritamin paprika, Teljes kiörlésű kenyér[1], Tea 1,5dl, Vadász felvágott(1,6,7)
		Energia: 80,69 Kcal / 337,28 Kj	Energia: 220,72 Kcal / 922,61 Kj	Energia: 193,18 Kcal / 807,49 Kj	Energia: 51,19 Kcal / 213,97 Kj	Energia: 94,70 Kcal / 395,85 Kj
		Fehérje: 2,02 g; Zsír: 6,21 g; T.Zsírsav: 2,91 g	Fehérje: 9,78 g; Zsír: 6,11 g; T.Zsírsav: 3,13 g	Fehérje: 8,33 g; Zsír: 3,32 g; T.Zsírsav: 0,41 g	Fehérje: 4,20 g; Zsír: 4,69 g; T.Zsírsav: 1,44 g	Fehérje: 4,95 g; Zsír: 6,06 g; T.Zsírsav: 1,97 g
		Szénhidrát: 13,76 g; Cukor: 5,99 g; Só: 0,16 g	Szénhidrát: 53,62 g; Cukor: 28,44 g; Só: 0,49 g	Szénhidrát: 32,24 g; Cukor: 5,99 g; Só: 0,05 g	Szénhidrát: 17,27 g; Cukor: 6,00 g; Só: 0,66 g	Szénhidrát: 13,77 g; Cukor: 6,00 g; Só: 0,82 g

Az étlap változtatás jogát fentartjuk!