

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



Heti étlap 2026.11.23. - 2026.11.27.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	**(00480) Gyermek (1-3 év) bölcsi**	Tej 1,5dl[7], kakaós csiga[1,7,(6,12)]	Tej 1,5dl[7], Teljes kiőrlésű kenyér [1,7], Tonhalkrém[4,(1,7)], Paradicsom	Tej 1,5dl[7], Vajkrém metélőhagymás[7], Uborka, Császárzsemle[1]	Kakaó 1,5dl[7,(1)], Margarin (7), Párizsi [6,(1,7,10)], Jégcsap retek, Teljes kiőrlésű Zsemle gab.törettel[1,(13)]	Tej 1,5dl[7], Félbarna kenyér[1,(6,7)], Nuttini kakaókrém[6,7,(1,8)]
		Energia: 90,43 Kcal / 378,00 Kj	Energia: 183,95 Kcal / 768,91 Kj	Energia: 288,95 Kcal / 1 207,81 Kj	Energia: 271,59 Kcal / 1 135,25 Kj	Energia: 216,88 Kcal / 906,56 Kj
		Fehérje: 10,68 g; Zsír: 10,09 g; T.Zsírsav: 3,64 g	Fehérje: 9,54 g; Zsír: 8,77 g; T.Zsírsav: 3,71 g	Fehérje: 9,94 g; Zsír: 12,53 g; T.Zsírsav: 6,15 g	Fehérje: 11,26 g; Zsír: 7,75 g; T.Zsírsav: 3,27 g	Fehérje: 7,87 g; Zsír: 10,55 g; T.Zsírsav: 3,48 g
		Szénhidrát: 35,02 g; Cukor: 6,87 g; Só: 0,38 g	Szénhidrát: 16,52 g; Cukor: 0,58 g; Só: 0,39 g	Szénhidrát: 33,77 g; Cukor: 0,00 g; Só: 0,18 g	Szénhidrát: 38,86 g; Cukor: 6,32 g; Só: 0,92 g	Szénhidrát: 27,20 g; Cukor: 11,00 g; Só: 0,74 g
Tízórai	**(00480) Gyermek (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: 0,40 g; Zsír: 0,40 g; T.Zsírsav: 0,00 g	Fehérje: 0,40 g; Zsír: 0,40 g; T.Zsírsav: 0,00 g	Fehérje: 0,40 g; Zsír: 0,40 g; T.Zsírsav: 0,00 g	Fehérje: 0,40 g; Zsír: 0,40 g; T.Zsírsav: 0,00 g	Fehérje: 0,40 g; Zsír: 0,40 g; T.Zsírsav: 0,00 g
		Szénhidrát: 7,00 g; Cukor: 0,00 g; Só: 0,01 g	Szénhidrát: 7,00 g; Cukor: 0,00 g; Só: 0,01 g	Szénhidrát: 7,00 g; Cukor: 0,00 g; Só: 0,01 g	Szénhidrát: 7,00 g; Cukor: 0,00 g; Só: 0,01 g	Szénhidrát: 7,00 g; Cukor: 0,00 g; Só: 0,01 g
Ebéd	**(00480) Gyermek (1-3 év) bölcsi**	Csikós tokány bölcsi[1,7], Tészta Köret++bölcsi[1,3], Gyümölcs	Rántott csirkemell[1,3], Rizi-bizi [9,(1)], Savanyúság különféle[10], Gyümölcs	Tarhonyáshús++bölcsi[1,3], Savanyúság különféle[10], Gyümölcs	Burgonya főzelék[1,7], Félbarna kenyér[1,(6,7)], Főtt virsli (1,6,7,10), Gyümölcs	Csirkeraguleves bölcsi[1,3,9], Túrós táska[1,7,(3,6,12,13)], Gyümölcs
		Energia: 350,03 Kcal / 1 463,13 Kj	Energia: 718,64 Kcal / 3 003,92 Kj	Energia: 550,36 Kcal / 2 300,50 Kj	Energia: 391,78 Kcal / 1 637,64 Kj	Energia: 520,69 Kcal / 2 176,48 Kj
		Fehérje: 26,50 g; Zsír: 30,86 g; T.Zsírsav: 9,22 g	Fehérje: 36,43 g; Zsír: 33,83 g; T.Zsírsav: 4,15 g	Fehérje: 31,06 g; Zsír: 20,08 g; T.Zsírsav: 4,00 g	Fehérje: 12,38 g; Zsír: 17,42 g; T.Zsírsav: 4,36 g	Fehérje: 22,22 g; Zsír: 24,86 g; T.Zsírsav: 7,26 g
		Szénhidrát: 67,65 g; Cukor: 0,00 g; Só: 5,04 g	Szénhidrát: 69,69 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,12 g	Szénhidrát: 68,54 g; Cukor: 0,00 g; Só: 3,22 g	Szénhidrát: 52,25 g; Cukor: 0,00 g; Só: 3,70 g	Szénhidrát: 50,99 g; Cukor: 10,99 g; Só: 3,91 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	**(00480) Gyermek (1-3 év) bölcsi**					
Uzsonna	**(00480) Gyermek (1-3 év) bölcsi**	Tea 1,5dl, Margarin (7), Olasz felvágott(1,6,7), Zöldpaprika, Teljes kiörlésű kenyér[1,7]	Tea 1,5dl, Teljes kiörlésű kenyér [1,7], Kenőmájas(1,6,7,10), Pritamin paprika	Tea 1,5dl, Kockasajt[7,(1)], Kifli teljes kiörlésű[1,(13)]	Kefír poharas [7], Kifli pizzás, Tea 1,5dl	Tea 1,5dl, Sajtkrém, natur[7,(1)], Teljes kiörlésű kenyér[1,7], Pritamin paprika
		Energia: 136,88 Kcal / 572,16 Kj	Energia: 149,17 Kcal / 623,53 Kj	Energia: 211,19 Kcal / 882,77 Kj	Energia: 268,92 Kcal / 1 124,09 Kj	Energia: 161,71 Kcal / 675,95 Kj
		Fehérje: 4,57 g; Zsír: 9,25 g; T.Zsírsav: 3,28 g	Fehérje: 5,51 g; Zsír: 6,95 g; T.Zsírsav: 3,11 g	Fehérje: 8,73 g; Zsír: 5,78 g; T.Zsírsav: 3,04 g	Fehérje: 10,35 g; Zsír: 8,71 g; T.Zsírsav: 3,91 g	Fehérje: 3,43 g; Zsír: 9,11 g; T.Zsírsav: 5,16 g
		Szénhidrát: 13,69 g; Cukor: 6,51 g; Só: 1,13 g	Szénhidrát: 15,99 g; Cukor: 6,67 g; Só: 0,78 g	Szénhidrát: 30,77 g; Cukor: 6,31 g; Só: 1,12 g	Szénhidrát: 36,09 g; Cukor: 5,99 g; Só: 0,60 g	Szénhidrát: 16,33 g; Cukor: 6,67 g; Só: 0,47 g
						

Az étlap változtatás jogát fentartjuk!