

Heti étlap 2026.01.26. - 2026.01.30.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00482) Gyermekek (7-10 év)	Tej[7], Dzsungel gabonapehely[1]	Gyümölcs tea, Magyaros vajkrém[7], Teljes kiőrlésű kenyér[1], Paradicsom	Kakaó [7,(1)], Sajtos kifli [1,3,7], Vaj [7]	Gyümölcs tea, Főtt tojás [3], Margarin(7), Kukoricás kenyér(7), Jégcsap retek	Gyümölcs tea, Vöröslencsekrém[7,(1)], Teljes kiőrlésű kenyér[1], Újhagyma
		Energia: 234.51 Kcal / 980.25 KJ	Energia: 246.07 Kcal / 1,028.57 KJ	Energia: 443.09 Kcal / 1,852.12 KJ	Energia: 265.73 Kcal / 1,110.75 KJ	Energia: 253.16 Kcal / 1,058.21 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		9.50 g6.20 g3.15 g	5.52 g8.68 g3.90 g	13.29 g25.07 g12.77 g	5.69 g10.90 g2.69 g	9.93 g3.55 g1.47 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		34.90 g19.60 g0.45 g	35.57 g8.99 g0.48 g	40.56 g19.59 g0.99 g	35.40 g10.48 g0.84 g	45.46 g9.29 g1.18 g
Ebéd	(00482) Gyermekek (7-10 év)	Köménymagleves[1], Zsemlekocka[1], Sült kolbász(1,6,7), Tökfőzelék [1,7], Rozskenyér[1], Mandarin	Csirkebecsinált leves [1,7,9], Kakaós piskótakocka[1,3,(6,7)], Vaníliásodó[1,7]	Zöldbableves[1,3], Vadas sertésragu[1,7,10,(12)], Orsó tészta[1,3]	Fokhagymás sertésszelet [1], Paradicsomos káposzta[1], Félbarna kenyér[1,(6,7)], Gyümölcslé, Lenmagvas keksz[1,(3,5,6,7,12)]	Fahéjas almaleves[1,7], Rántott sertésszelet [1,3,(6,7)], Petrezselymes rizs , Csemege uborka[10]
		Energia: 896.99 Kcal / 3,749.42 KJ	Energia: 670.33 Kcal / 2,801.98 KJ	Energia: 759.71 Kcal / 3,175.59 KJ	Energia: 830.60 Kcal / 3,471.91 KJ	Energia: 537.34 Kcal / 2,246.08 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		27.56 g50.28 g14.34 g	29.81 g25.50 g9.49 g	35.25 g28.90 g6.62 g	33.03 g24.19 g4.49 g	7.96 g16.64 g3.47 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		81.96 g6.65 g3.39 g	79.65 g44.51 g1.43 g	88.46 g3.76 g2.08 g	118.54 g42.19 g3.55 g	87.98 g20.76 g2.54 g
Uzsonna	(00482) Gyermekek (7-10 év)	Soproni felvágott(1,6,7), Margarin(7), Félbarna kenyér[1,(6,7)], Sörretek	Kacsamájás[1,(6,7,10)], Barna zsemle[1,7,(12)], Zöldpaprika	Csirkemellsonka (1,6,7), Margarin(7), Rozskenyér [1], Kígyóuborka	Házi sajtkrém[6,7,(1)], Teljes kiőrlésű zsemle[1], Kaliforniai paprika	Körte, Alaska kukoricarúd
		Energia: 297.65 Kcal / 1,244.18 KJ	Energia: 222.53 Kcal / 930.18 KJ	Energia: 228.27 Kcal / 954.17 KJ	Energia: 282.02 Kcal / 1,178.84 KJ	Energia: 176.87 Kcal / 739.32 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		9.39 g16.77 g5.48 g	10.77 g4.38 g1.07 g	9.47 g8.32 g2.22 g	10.36 g14.85 g6.07 g	1.72 g6.20 g2.39 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		26.94 g0.00 g2.40 g	34.57 g0.00 g0.97 g	28.61 g0.00 g1.31 g	26.38 g0.00 g1.10 g	28.28 g5.99 g0.05 g
Uzsonna	(00482) Gyermekek (7-10 év)	1,(6),(7)	1,7,(6),(10),(12)	1,(6),(7)	1,6,7	

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

.....
Élelmezésvezető

.....
Szakács

