













Heti étlap 2024.07.29. - 2024.08.02.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00481) Gyermekek (4-6 év) A menü	Tej 2dl, Gabonapehely, natur	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Sajtos párizsi, Zsemle, Zöldpaprika	Tej 2dl, Vajkrém, Teljeskiőrlésű kenyér, Paradicsom	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Főtt virsli, ketchup 4-6 év, Kenyér	Tejeskávé 4-6 év, Trappista sajt, 3kg-os, Teljeskiőrlésű kenyér, Jégsaláta
		Energia: 161,77 Kcal / 676,20 KJ	Energia: 219,98 Kcal / 919,52 KJ	Energia: 127,28 Kcal / 532,03 KJ	Energia: 273,44 Kcal / 1 142,98 KJ	Energia: 255,97 Kcal / 1 069,95 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		11,10 g 3,25 g 1,22 g	7,42 g 4,35 g 1,64 g	8,43 g 10,83 g 5,19 g	8,43 g 10,42 g 3,92 g	15,09 g 9,15 g 5,29 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
39,95 g 0,00 g 0,20 g	37,03 g 5,17 g 1,24 g	33,50 g 0,18 g 0,92 g	33,57 g 6,63 g 2,19 g	50,30 g 15,17 g 1,49 g		
Ebéd	(00481) Gyermekek (4-6 év) A menü	Burgonya főzelék 4-6 év, Pulyka apróhús 4-6 év, Kenyér, Sárgadinnye	Savanyú vetreце 4-6 év, Tészta köret 4-6 év, Alma	Babgulyás 4-6 év, Tejbedara 4-6 év	Parajfőzelék *mir.* 4-6 év, Főtt tojás gyerek 4-6 év, Burgonya sós 150 g 4-6 év, Banán	Bácskai rizseshús 4-6 év, Paradicsomsaláta 4-6 év, Őszibarack
		Energia: 462,22 Kcal / 1 932,08 KJ	Energia: 449,97 Kcal / 1 880,87 KJ	Energia: 486,49 Kcal / 2 033,53 KJ	Energia: 449,95 Kcal / 1 880,79 KJ	Energia: 408,85 Kcal / 1 708,99 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		20,73 g 12,98 g 3,82 g	20,17 g 25,85 g 7,78 g	28,31 g 17,44 g 5,11 g	17,25 g 16,33 g 3,15 g	15,68 g 15,61 g 4,97 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
70,86 g 0,23 g 2,44 g	41,74 g 0,00 g 1,88 g	78,88 g 19,98 g 2,02 g	69,07 g 0,00 g 1,88 g	54,53 g 5,00 g 1,33 g		
Uzsonna	(00481) Gyermekek (4-6 év) A menü	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Kőrözött túró házi 4-6 év, Teljeskiőrlésű kenyér, Zöldpaprika	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Padlizsánkrém 4-6 év, Teljeskiőrlésű kenyér, Retek piros-sör-jég	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Halkrém konz. 4-6 év, Kukoricás kenyér, Lilahagyma	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Tojáskrém 4-6 év, Teljeskiőrlésű kenyér, Pritamin paprika	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Húskrém sertés 4-6 év, Burgonyás kenyér, Lilahagyma
		Energia: 139,29 Kcal / 582,23 KJ	Energia: 150,63 Kcal / 629,63 KJ	Energia: 156,92 Kcal / 655,93 KJ	Energia: 182,42 Kcal / 762,52 KJ	Energia: 177,08 Kcal / 740,19 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		4,30 g 3,62 g 1,65 g	3,52 g 1,36 g 0,50 g	3,90 g 6,79 g 1,47 g	5,61 g 9,13 g 1,93 g	4,34 g 5,89 g 1,55 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
26,74 g 5,49 g 0,78 g	31,19 g 5,18 g 0,82 g	29,43 g 5,22 g 0,72 g	30,56 g 5,18 g 0,84 g	34,35 g 5,25 g 1,29 g		





Heti étlap 2024.07.29. - 2024.08.02.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00481) Gyermek (4-6 év) A menü	 	 	  	   	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

