

Heti étlap 2026.05.04. - 2026.05.08.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermekek	Kókuszos tej [7], Vaj 250 g[7], Teljes kiőrlésű kifli [1,7]	Tej [7,7], Görögös krém [7,(1)], Kukoricás kenyér [1], Kápia paprika	Gyümölcstea, Főtt tojás [3], Delma multivitamin, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Hónapos retek	Gyümölcstea, Főtt baromfi virsli, Félbarna kenyér[1], Ketchup(1)	Gyümölcstea, Házi sajtkrém [7,10], Teljes kiőrlésű kenyér[1], Zöldpaprika
		Energia: 197,55 Kcal / 825,76 KJ	Energia: 221,48 Kcal / 925,79 KJ	Energia: 153,49 Kcal / 641,59 KJ	Energia: 165,21 Kcal / 690,58 KJ	Energia: 126,94 Kcal / 530,61 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		7,49 g10,19 g5,97 g	10,08 g7,69 g4,25 g	5,70 g6,35 g1,60 g	7,08 g3,55 g0,94 g	5,86 g3,59 g1,92 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Tízórai	(00480) Gyermekek	Happy day 100% gyümölcslé	Gyömbéres citrusos limonádé	Ananászos limonádé	Mentás limonádé	Kivis limonádé
		Energia: 76,01 Kcal / 317,72 KJ	Energia: 63,76 Kcal / 266,52 KJ	Energia: 44,14 Kcal / 184,51 KJ	Energia: 23,74 Kcal / 99,23 KJ	Energia: 59,19 Kcal / 247,41 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0,09 g0,00 g0,00 g	0,70 g0,34 g0,04 g	0,20 g0,10 g0,00 g	0,05 g0,07 g0,00 g	0,45 g0,30 g0,00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Ebéd	(00480) Gyermekek	Tonhalas tojásropogós [1,3,4], Zöldborsófőzelék [1,7], Alma	Gulyásleves 1-3[1,3], Darafelfűjt[1,3,7], Erdei gyümölcs öntet(1)	Tejfölös csirkeragu[1,7], Főtt durum tészta [1,3], Uborkasaláta, Alma	Csőben sült brokkoli pulykahússal[1,3,7], Banán	Színes csirkemájragu, zöldborsó, sárgarépa, kukorica[1], Párolt rizs , Körte
		Energia: 461,05 Kcal / 1 927,19 KJ	Energia: 454,81 Kcal / 1 901,11 KJ	Energia: 414,55 Kcal / 1 732,82 KJ	Energia: 352,62 Kcal / 1 473,95 KJ	Energia: 490,69 Kcal / 2 051,08 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		25,14 g20,96 g4,33 g	14,35 g16,47 g5,03 g	19,22 g17,83 g5,75 g	17,96 g15,93 g6,56 g	17,61 g19,65 g2,73 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Uzsonna	(00480) Gyermekek	Gyümölcstea, Tzatzikikrém[7], Kígyóuborka, Burgonyás kenyér[1]	Gyümölcstea, eFeF pulykamellsonka, Delma multivitamin, Félbarna kenyér[1], Paradicsom	Tej [7,7], Györi Édes kókuszos zabfalatok[1, (3,5,6,7,12)]	Tej [7,7], Zöldfűszeres vajkrém [7], Kukoricás kenyér[1], Kígyóuborka	Karamellás tej[7], Delma multivitamin, Császárszemle[1,7]
		Energia: 161,95 Kcal / 676,95 KJ	Energia: 159,40 Kcal / 666,29 KJ	Energia: 289,70 Kcal / 1 210,95 KJ	Energia: 219,25 Kcal / 916,47 KJ	Energia: 228,10 Kcal / 953,46 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		5,54 g6,36 g2,42 g	5,84 g4,22 g1,17 g	10,50 g15,45 g6,14 g	7,85 g8,82 g4,40 g	8,33 g8,45 g3,60 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó



Molnár-Kötél Dorottya
Élelmezésvezető

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

