

Heti étlap 2025.03.31 - 2025.04.04

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Reggeli	(00002) Allergén mentes	Vásárolt étel			Vásárolt étel			Vásárolt étel			Vásárolt étel			Vásárolt étel		
		Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ			Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ			Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ			Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ			Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	
	(00480) Gyermek (1-3 év)	Tonhalkrém 1, Félbarna kenyér, Lilahagyma, Gyümölcs tea/flt. 1-3			Csicseriborsókrém bölcsei, Teljes kiőrlésű zsemle 1-3, Retek (hónapos), Tej 1-3			Sajtkrém, natúr kg, Kifli teljes kiőrlésű, Paradicsom kg, Gyümölcs tea/flt. 1-3			Zala felvágott bölcsei, Teavaj, Burgonyás kenyér, Zöldpaprika, Gyümölcs tea/flt. 1-3			Rama margarin, Rozsos kenyér, Uborka(kígyó), Gyümölcs tea/flt. 1-3		
		Energia: 198,06 Kcal / 827,89 KJ			Energia: 288,36 Kcal / 1 205,34 KJ			Energia: 185,45 Kcal / 775,18 KJ			Energia: 232,81 Kcal / 973,15 KJ			Energia: 200,87 Kcal / 839,64 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		7,27 g	6,00 g	1,73 g	13,90 g	8,87 g	3,84 g	5,83 g	6,55 g	3,51 g	6,76 g	11,42 g	4,92 g	3,99 g	8,49 g	2,17 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		28,16 g	4,00 g	0,87 g	37,83 g	0,00 g	0,85 g	25,30 g	4,00 g	0,62 g	25,22 g	4,03 g	1,04 g	26,60 g	4,00 g	0,11 g
Tízórai	(00002) Allergén mentes	Vásárolt étel			Vásárolt étel			Vásárolt étel			Vásárolt étel			Vásárolt étel		
		Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ			Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ			Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ			Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ			Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g		





Heti étlap 2025.03.31 - 2025.04.04

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek				
Tízórai	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Banán			Gyümölcs tea/fit. 1-3			Gyümölcslé 100% 1 l bölcsei, Sárgarépa kg			Gyümölcs tea/fit. 1-3, Uborka(kígyó)			Gyümölcslé 100% 1 l bölcsei, Karalábé friss kg				
		Energia: 94,47 Kcal / 394,88 KJ			Energia: 23,50 Kcal / 98,23 KJ			Energia: 8,04 Kcal / 33,61 KJ			Energia: 25,85 Kcal / 108,05 KJ			Energia: 7,68 Kcal / 32,10 KJ				
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír		
		1,17 g	0,09 g	0,00 g	0,53 g	0,11 g	0,00 g	0,24 g	0,04 g	0,01 g	0,73 g	0,13 g	0,00 g	0,42 g	0,04 g	0,00 g		
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			
21,78 g			0,00 g			0,05 g			4,78 g			4,00 g			0,00 g			
Ebéd	(00002) Allergén mentes	Vásárolt étel			Vásárolt étel			Vásárolt étel			Vásárolt étel			Vásárolt étel				
		Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ			Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ			Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ			Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ			Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ				
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír		
		0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g		
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			
0,00 g			0,00 g			0,00 g			0,00 g			0,00 g			0,00 g			
(00480) Gyermekek (1-3 év)	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Gyümölcslé 100% 1 l bölcsei, Sárgarépa-főzelék (mir) 1-3, Sajtfelúj 1-3			Paradicsomos káposzta 1-3, Sült csirkecomb 1-3, Körte			Zöldbableves mir. bölcsei, Csirkemell bulgurizzottó, Mandarin			Hawaii csirkemell 1-3, Párolt rizs 1-3, Narancs			Zöldborsófőzelék mir. bölcsei, Alma, Natúr csirkecomb bölcsei				
		Energia: 335,29 Kcal / 1 401,51 KJ			Energia: 291,96 Kcal / 1 220,39 KJ			Energia: 313,64 Kcal / 1 311,02 KJ			Energia: 335,88 Kcal / 1 403,98 KJ			Energia: 236,95 Kcal / 990,45 KJ				
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír		
		14,39 g	20,01 g	10,10 g	11,70 g	10,81 g	1,45 g	14,14 g	10,76 g	1,76 g	13,16 g	9,39 g	1,11 g	15,69 g	8,97 g	1,90 g		
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			
23,83 g			0,00 g			1,23 g			36,22 g			4,00 g			0,51 g			



Heti étlap 2025.03.31 - 2025.04.04

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Uzsonna	(00002) Allergén mentes	Vásárolt étel			Vásárolt étel			Vásárolt étel			Vásárolt étel			Vásárolt étel		
		Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ			Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ			Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ			Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ			Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	
	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Kemencés sült karaj, Rama margarin, Egyenes kis kifli bölcsi, Zöldpaprika, Gyümölcs tea/flt. 1-3			Tojás karika 1-3, Rama margarin, Rozsos kenyér, Pritamin paprika, Gyümölcs tea/flt. 1-3			Fahéjas csiga, Tej 1-3			Natúr joghurt 150g, Kifli bölcsi, Gyümölcs tea/flt. 1-3			Briós, Rama margarin, Tej 1-3		
		Energia: 224,73 Kcal / 939,37 KJ			Energia: 237,73 Kcal / 993,71 KJ			Energia: 305,02 Kcal / 1 274,98 KJ			Energia: 223,98 Kcal / 936,24 KJ			Energia: 394,63 Kcal / 1 649,55 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		7,33 g	8,78 g	2,35 g	6,69 g	10,93 g	2,80 g	12,38 g	11,49 g	4,40 g	7,57 g	7,05 g	3,52 g	12,13 g	18,33 g	7,16 g
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
28,54 g	4,18 g	0,90 g	27,59 g	4,00 g	0,17 g	37,67 g	6,88 g	0,44 g	32,02 g	4,00 g	0,70 g	44,82 g	8,43 g	0,80 g		

.....
Élelmezésvezető
Sütő Károly

.....
Gyerekorvos
Dr Jakobenszky-Tünde

.....
mb Bölcsődevezető
Bérces Attiláné

.....
Szakács
Czeplédiné Jónás
Tünde

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

