



Heti étlap 2024.10.07 - 2024.10.11

		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	
	Fűszeres ráma bölcsi , Teljes kiőrlésű zsemle 1-3, Lilahagyma, Tejeskávé 1-3			Kemencés sült csirkemell bölc, Teavaj, Rozsos kenyér, Zöldpaprika, Gyümölcs tea/ft. 1-3			Körözött túró házi 1-3, Gyökér kenyér, Paradicsom kg, Gyümölcs tea/ft. 1-3			Zala felvágott bölcsi, Teljes kiőrlésű zsemle 1-3, Rama margarin, Zöldpaprika, Gyümölcs tea/ft. 1-3			Házi csirkemájkrém bölcsi, Burgonyás kenyér bölcsi, Gyümölcs tea/ft. 1-3, Jégcsap retek kg			
	Energia: 320,33 Kcal / 1 338,98 KJ			Energia: 220,75 Kcal / 922,74 KJ			Energia: 165,74 Kcal / 692,79 KJ			Energia: 231,52 Kcal / 967,75 KJ			Energia: 200,26 Kcal / 837,09 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	11,40 g	14,24 g	5,27 g	5,87 g	9,49 g	4,17 g	5,96 g	3,33 g	1,21 g	6,99 g	11,03 g	3,04 g	7,92 g	6,74 g	1,65 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
36,23 g	4,00 g	0,77 g	27,54 g	5,00 g	0,09 g	27,14 g	5,10 g	0,82 g	25,69 g	5,03 g	0,79 g	26,68 g	5,00 g	0,87 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 2024.10.07 - 2024.10.11

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	(00480) Gyermek (1-3 év)	Gyümölcslé 100% 1 l bölcsi, Sárgarépa kg			Limonádé bölcsi 1-3, Sült sütőtök 1-3			Gyümölcslé 100% 1 l bölcsi			Gyümölcs tea/flt. 1-3			Gyümölcslé 100% 1 l bölcsi, Uborka(kígyó)		
		Energia: 8,04 Kcal / 33,61 Kj			Energia: 74,13 Kcal / 309,86 Kj			Energia: 0,00 Kcal / 0,00 Kj			Energia: 25,26 Kcal / 105,59 Kj			Energia: 2,35 Kcal / 9,82 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		0,24 g	0,04 g	0,01 g	1,15 g	0,57 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,51 g	0,10 g	0,00 g	0,20 g	0,02 g	0,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		1,62 g	0,00 g	0,06 g	15,12 g	3,00 g	0,01 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	5,40 g	5,00 g	0,00 g	0,34 g	0,00 g	0,01 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.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)	(00480) Gyermek (1-3 év)	Francia rakott burgonya 1-3, Uborka saláta friss 1-3, Banán			Tökfőzelék mir. 1-3, Natúr csirkemell bölcsi, Őszibarack			Húsos karfiol leves mir. 1-3, Meggyes kevert bölcsi 1-3, Nektarin			Rizses csirke 1-3, Uborka saláta friss 1-3, Szilva			Paradicsomos káposzta 1-3, Vagdalt sert./egybensült 1-3, Alma		
		Energia: 373,47 Kcal / 1 561,10 Kj			Energia: 197,84 Kcal / 826,97 Kj			Energia: 359,00 Kcal / 1 500,62 Kj			Energia: 272,49 Kcal / 1 139,01 Kj			Energia: 290,06 Kcal / 1 212,45 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11,01 g	12,94 g	3,79 g	13,02 g	6,96 g	1,59 g	15,10 g	13,63 g	3,71 g	10,91 g	5,47 g	0,84 g	12,78 g	10,49 g	1,84 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		51,99 g	1,00 g	0,44 g	20,12 g	0,00 g	0,23 g	43,30 g	7,99 g	0,64 g	43,83 g	1,00 g	0,31 g	35,15 g	4,00 g	0,58 g





Heti étlap 2024.10.07 - 2024.10.11

		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) Gyermek (1-3 év)	Kefír poharas 150 g., Tej 1-3 B, Zsemle, rozsos			Házi diós csiga 1-3, Kakaó bölcsei			Rama margarin, Teljes kiőrlésű zsemle 1-3, Pritamin paprika, Tej 1-3			Főtt tojás 1-3, Félbarna kenyér, Rama margarin, Paradicsom kg, Tej 1-3			Kalács kakaós bölcsei, Rama margarin, Tej 1-3		
		Energia: 186,57 Kcal / 779,86 Kj			Energia: 395,03 Kcal / 1 651,23 Kj			Energia: 300,13 Kcal / 1 254,54 Kj			Energia: 334,01 Kcal / 1 396,16 Kj			Energia: 354,40 Kcal / 1 481,39 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11,12 g	4,67 g	2,37 g	14,31 g	16,84 g	6,43 g	11,29 g	14,28 g	5,28 g	13,64 g	16,44 g	5,96 g	11,54 g	17,81 g	6,94 g
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
24,78 g		0,00 g	0,79 g	45,95 g	11,99 g	0,40 g	31,27 g	0,00 g	0,77 g	32,48 g	0,00 g	1,20 g	36,58 g	2,80 g	0,75 g	

.....
Élelmezésvezető
Sütő Károly

.....
Gyerekorvos
Dr Jakobenszky-Tünde

.....
mb Bölcsődevezető
Bérces Attiláné

.....
Szakács
Czeplédiné Jónás
Tünde

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

