

Heti étlap 2025.01.13 - 2025.01.17

		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 bölcsei, Teljes kiőrlésű zsemle 1-3, Tejeskávé 1-3, Lilahagyma			Kemencés sült csirkemell bölcsei, Teavaj, Rozsos kenyér, Zöldpaprika, Gyümölcs tea/flt. 1-3			Körözött túró házi 1-3, Gyökér kenyér, Paradicsom kg, Gyümölcs tea/flt. 1-3			Zala felvágott bölcsei, Teljes kiőrlésű zsemle 1-3, Rama margarin, Zöldpaprika, Gyümölcs tea/flt. 1-3			Házi csirkemájkrém bölcsei, Burgonyás kenyér, Uborka(kígyó), Gyümölcs tea/flt. 1-3			
	Energia: 319,94 Kcal / 1 337,35 KJ			Energia: 220,75 Kcal / 922,74 KJ			Energia: 168,08 Kcal / 702,57 KJ			Energia: 233,48 Kcal / 975,95 KJ			Energia: 200,24 Kcal / 837,00 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	11,39 g	14,24 g	5,27 g	5,87 g	9,49 g	4,17 g	6,09 g	3,36 g	1,21 g	7,11 g	11,06 g	3,04 g	7,61 g	7,07 g	1,59 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
36,15 g	4,00 g	0,77 g	27,54 g	5,00 g	0,09 g	27,54 g	5,10 g	0,82 g	25,99 g	5,03 g	0,79 g	26,19 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 2025.01.13 - 2025.01.17

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek													
Tízórai	(00480) Gyermek (1-3 év)	Gyümölcslé 100% 1 l bölsi	Limonádé bölsi 1-3	Gyümölcslé 100% 1 l bölsi	Gyümölcs tea/ft. 1-3	Gyümölcslé 100% 1 l bölsi													
		Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ		Energia: 19,69 Kcal / 82,30 KJ		Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ		Energia: 25,26 Kcal / 105,59 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	0,10 g	0,15 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,51 g	0,10 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				
0,00 g		0,00 g	0,00 g	3,57 g		3,00 g	0,00 g	0,00 g		0,00 g	0,00 g	5,40 g		5,00 g	0,00 g	0,00 g		0,00 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.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				
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)	Francia rakott burgonya 1-3, Banán	Tökfőzelék mir. 1-3, Natúr csirkemell bölsi, Körte	Húsos karfiol leves mir. 1-3, Meggyes kevert bölsi 1-3, Mandarin	Rizses csirke 1-3, Savanyú káposzta, Alma	Kelkáposzta főzelék bölsi, Vagdalt sert./egybensült 1-3, Narancs														
	Energia: 363,78 Kcal / 1 520,60 KJ		Energia: 199,57 Kcal / 834,20 KJ		Energia: 351,45 Kcal / 1 469,06 KJ		Energia: 261,06 Kcal / 1 091,23 KJ		Energia: 250,22 Kcal / 1 045,92 KJ										
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv				
	10,61 g	12,90 g	3,79 g	12,57 g	7,10 g	1,59 g	14,88 g	13,49 g	3,66 g	10,96 g	5,96 g	0,87 g	14,97 g	7,50 g	1,52 g				
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát		Cukor	Só				
50,09 g		0,00 g	0,33 g	20,91 g		0,00 g	0,22 g	41,52 g		7,99 g	0,64 g	40,25 g		0,00 g	0,51 g	29,65 g		0,00 g	0,48 g



Heti étlap 2025.01.13 - 2025.01.17

		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	
	Kefír poharas 150 g., Kifli bölcsei, Gyümölcs tea/ft. 1-3			Házi lekváros bukta 1-3, Tej 1-3			Rama margarin, Teljes kiőrlésű zsemle 1-3, Pritamin paprika, Kakaó bölcsei			Főtt tojás 1-3, Rama margarin, Teljeskiőrlésű kenyér bölcsei, Tej 1-3, Pritamin paprika			Kalács kakaós bölcsei, Rama margarin, Tej 1-3			
	Energia: 167,60 Kcal / 700,57 Kj			Energia: 372,70 Kcal / 1 557,89 Kj			Energia: 320,64 Kcal / 1 340,28 Kj			Energia: 242,55 Kcal / 1 013,86 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	
	7,67 g	0,48 g	0,15 g	12,86 g	16,21 g	6,60 g	11,95 g	14,96 g	5,66 g	12,58 g	16,50 g	5,87 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		
32,80 g	5,00 g	0,71 g	43,38 g	10,27 g	0,51 g	34,18 g	2,00 g	0,77 g	27,65 g	0,00 g	0,73 g	36,58 g	2,80 g	0,75 g		

.....
Élelmezésvezető
Sütő Károly

.....
Gyerekorvos
Dr Jakobenszky-Tünde

.....
mb Bölcsődevezető
Bérces Attiláné

.....
Szakács
Czeglédiné Jónás
Tünde

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

