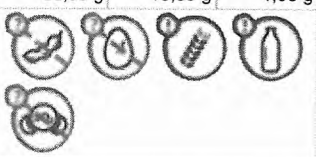
Heti étlap 2026.08.31 - 2026.09.04

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00002) Allergén mentes		Vásárolt étel Energia: 0,00 Kcal / 0,00 Kj Fehérje 0,00 g, Zsír 0,00 g, T.Zsírsav 0,00 g Szénhidrát 0,00 g, Cukor 0,00 g, Só 0,00 g	Vásárolt étel Energia: 0,00 Kcal / 0,00 Kj Fehérje 0,00 g, Zsír 0,00 g, T.Zsírsav 0,00 g Szénhidrát 0,00 g, Cukor 0,00 g, Só 0,00 g	Vásárolt étel Energia: 0,00 Kcal / 0,00 Kj Fehérje 0,00 g, Zsír 0,00 g, T.Zsírsav 0,00 g Szénhidrát 0,00 g, Cukor 0,00 g, Só 0,00 g	Vásárolt étel Energia: 0,00 Kcal / 0,00 Kj Fehérje 0,00 g, Zsír 0,00 g, T.Zsírsav 0,00 g Szénhidrát 0,00 g, Cukor 0,00 g, Só 0,00 g
	(00480) Gyermek (1-3 év)	Tojáspástétom 1-3 [3,6,10,(1,7,12)], Zsemle, korpás[1], Lilahagyma, Gyümölcs tea/flt. 1-3 Energia: 208,63 Kcal / 872,07 Kj Fehérje 7,81 g, Zsír 6,76 g, T.Zsírsav 1,82 g Szénhidrát 28,64 g, Cukor 6,37 g, Só 0,65 g	Kemencés sült karaj, Kifli teljeskiörlésű[1], Teavaj [7], Paradicsom kg, Gyümölcs tea/flt. 1-3 Energia: 223,71 Kcal / 935,11 Kj Fehérje 7,66 g, Zsír 9,07 g, T.Zsírsav 4,02 g Szénhidrát 27,34 g, Cukor 6,16 g, Só 0,81 g	Vajkrém kg snidlinges[7], Zöldpaprika, Gyümölcs tea/flt. 1-3, Zsemle vágott bölcsi[1] Energia: 220,06 Kcal / 919,85 Kj Fehérje 6,10 g, Zsír 4,54 g, T.Zsírsav 2,07 g Szénhidrát 38,21 g, Cukor 7,83 g, Só 0,85 g	Csicseriborsókrém bölcsi [6,10,(1,7,12)], Rozskenyér, Paradicsom kg, Tej 1-3 B[7] Energia: 276,50 Kcal / 1 155,77 Kj Fehérje 11,33 g, Zsír 8,66 g, T.Zsírsav 3,49 g Szénhidrát 37,91 g, Cukor 8,06 g, Só 0,46 g	Zöldbabkrém bölcsi[6,7,(1)], Teljeskiőrlésű zsemle 1-3[1], Gyümölcs tea/flt. 1-3, Pritamin paprika Energia: 216,52 Kcal / 905,05 Kj Fehérje 7,54 g, Zsír 7,53 g, T.Zsírsav 2,34 g Szénhidrát 29,15 g, Cukor 5,99 g, Só 0,92 g
Tízórai	(00002) Allergén mentes	Vásárolt étel Energia: 0,00 Kcal / 0,00 Kj Fehérje 0,00 g, Zsír 0,00 g, T.Zsírsav 0,00 g Szénhidrát 0,00 g, Cukor 0,00 g, Só 0,00 g	Vásárolt étel Energia: 0,00 Kcal / 0,00 Kj Fehérje 0,00 g, Zsír 0,00 g, T.Zsírsav 0,00 g Szénhidrát 0,00 g, Cukor 0,00 g, Só 0,00 g	Vásárolt étel Energia: 0,00 Kcal / 0,00 Kj Fehérje 0,00 g, Zsír 0,00 g, T.Zsírsav 0,00 g Szénhidrát 0,00 g, Cukor 0,00 g, Só 0,00 g	Vásárolt étel Energia: 0,00 Kcal / 0,00 Kj Fehérje 0,00 g, Zsír 0,00 g, T.Zsírsav 0,00 g Szénhidrát 0,00 g, Cukor 0,00 g, Só 0,00 g	Vásárolt étel Energia: 0,00 Kcal / 0,00 Kj Fehérje 0,00 g, Zsír 0,00 g, T.Zsírsav 0,00 g Szénhidrát 0,00 g, Cukor 0,00 g, Só 0,00 g
	(00480) Gyermek (1-3 év)	Gyümölcslé 100% 1 l bölcsi Energia: 0,00 Kcal / 0,00 Kj Fehérje 0,00 g, Zsír 0,00 g, T.Zsírsav 0,00 g Szénhidrát 0,00 g, Cukor 0,00 g, Só 0,00 g	Limonádé bölcsi 1-3 Energia: 23,70 Kcal / 99,07 Kj Fehérje 0,10 g, Zsír 0,15 g, T.Zsírsav 0,00 g Szénhidrát 4,57 g, Cukor 4,00 g, Só 0,00 g	Gyümölcslé 100% 1 l bölcsi, Sütőtök friss Energia: 19,44 Kcal / 81,26 Kj Fehérje 0,38 g, Zsír 0,15 g, T.Zsírsav 0,00 g Szénhidrát 4,13 g, Cukor 1,03 g, Só 0,00 g	Gyümölcs tea/flt. 1-3, Uborka(kígyó) Energia: 32,98 Kcal / 137,86 Kj Fehérje 0,73 g, Zsír 0,12 g, T.Zsírsav 0,00 g Szénhidrát 6,97 g, Cukor 5,99 g, Só 0,01 g	Sárgarépa kg, Nektarin Energia: 57,79 Kcal / 241,56 Kj Fehérje 1,09 g, Zsír 0,45 g, T.Zsírsav 0,06 g Szénhidrát 12,22 g, Cukor 0,00 g, Só 0,06 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00002) Allergén mentes	Vásárolt étel Energia: 0,00 Kcal / 0,00 Kj Fehérje 0,00 g; Zsír 0,00 g; T.Zsírsav 0,00 g Szénhidrát 0,00 g; Cukor 0,00 g; Só 0,00 g	Vásárolt étel Energia: 0,00 Kcal / 0,00 Kj Fehérje 0,00 g; Zsír 0,00 g; T.Zsírsav 0,00 g Szénhidrát 0,00 g; Cukor 0,00 g; Só 0,00 g	Vásárolt étel Energia: 0,00 Kcal / 0,00 Kj Fehérje 0,00 g; Zsír 0,00 g; T.Zsírsav 0,00 g Szénhidrát 0,00 g; Cukor 0,00 g; Só 0,00 g	Vásárolt étel Energia: 0,00 Kcal / 0,00 Kj Fehérje 0,00 g; Zsír 0,00 g; T.Zsírsav 0,00 g Szénhidrát 0,00 g; Cukor 0,00 g; Só 0,00 g	Vásárolt étel Energia: 0,00 Kcal / 0,00 Kj Fehérje 0,00 g; Zsír 0,00 g; T.Zsírsav 0,00 g Szénhidrát 0,00 g; Cukor 0,00 g; Só 0,00 g
	(00480) Gyermek (1-3 év)	Mexikoifőzelék bölcsi [1,7], Tepsiben sült tonhal 1-3[4], Banán Energia: 319,71 Kcal / 1 336,39 Kj Fehérje 12,75 g; Zsír 12,80 g; T.Zsírsav 3,10 g Szénhidrát 37,52 g; Cukor 2,78 g; Só 1,69 g	Kassai burgonyaleves bölcsi[1,(6,7,10)], Ízes palacsinta 1-3[1,3,7,15], Őszibarack Energia: 297,08 Kcal / 1 241,79 Kj Fehérje 11,31 g; Zsír 10,60 g; T.Zsírsav 2,71 g Szénhidrát 38,14 g; Cukor 6,61 g; Só 0,68 g	Karfiolfőzelék mir. 1-3 [1,7], Natúr csirkemell bölcsi[1], Szilva Energia: 236,40 Kcal / 988,15 Kj Fehérje 16,05 g; Zsír 8,35 g; T.Zsírsav 1,39 g Szénhidrát 23,26 g; Cukor 1,59 g; Só 1,64 g	Zöldbabfőzelék mir. 1-3 [1,7], Csirkecombpörkölt 1 -3, Szőlő Energia: 238,13 Kcal / 995,38 Kj Fehérje 11,15 g; Zsír 8,38 g; T.Zsírsav 1,36 g Szénhidrát 28,58 g; Cukor 1,06 g; Só 1,58 g	Gyümölcslé 100% 1 l bölcsi, Édeskáposztafőzelék friss 1-3[1,7], Sült csirkecomb 1-3, Keksz, háztartási [1,12,(3,5,6,7,8)] Energia: 293,23 Kcal / 1 225,70 Kj Fehérje 14,73 g; Zsír 11,52 g; T.Zsírsav 2,07 g Szénhidrát 31,93 g; Cukor 3,84 g; Só 1,80 g
Uzsonna	(00002) Allergén mentes	Vásárolt étel Energia: 0,00 Kcal / 0,00 Kj Fehérje 0,00 g; Zsír 0,00 g; T.Zsírsav 0,00 g Szénhidrát 0,00 g; Cukor 0,00 g; Só 0,00 g	Vásárolt étel Energia: 0,00 Kcal / 0,00 Kj Fehérje 0,00 g; Zsír 0,00 g; T.Zsírsav 0,00 g Szénhidrát 0,00 g; Cukor 0,00 g; Só 0,00 g	Vásárolt étel Energia: 0,00 Kcal / 0,00 Kj Fehérje 0,00 g; Zsír 0,00 g; T.Zsírsav 0,00 g Szénhidrát 0,00 g; Cukor 0,00 g; Só 0,00 g	Vásárolt étel Energia: 0,00 Kcal / 0,00 Kj Fehérje 0,00 g; Zsír 0,00 g; T.Zsírsav 0,00 g Szénhidrát 0,00 g; Cukor 0,00 g; Só 0,00 g	Vásárolt étel Energia: 0,00 Kcal / 0,00 Kj Fehérje 0,00 g; Zsír 0,00 g; T.Zsírsav 0,00 g Szénhidrát 0,00 g; Cukor 0,00 g; Só 0,00 g
	(00480) Gyermek (1-3 év)	Zellerkrém bölcsi[6,7,9,(1)], Rozskenyér, Tej 1-3 [7] Energia: 282,75 Kcal / 1 181,90 Kj Fehérje 12,20 g; Zsír 11,22 g; T.Zsírsav 4,91 g Szénhidrát; Cukor; Só	Tonhalkrém 1[4,6,(1,7)], Félbarna kenyér[1,(6,7)], Zöldpaprika, Tej 1-3[7] Energia: 295,75 Kcal / 1 236,24 Kj Fehérje 13,81 g; Zsír 11,89 g; T.Zsírsav 4,87 g Szénhidrát; Cukor; Só	Pizzás csiga[1,7,(3,6,12)], Kakaó bölcsi [7,(1)] Energia: 316,92 Kcal / 1 324,73 Kj Fehérje 10,88 g; Zsír 15,09 g; T.Zsírsav 7,61 g Szénhidrát; Cukor; Só	Gyümölcsjoghurt db[7,(1)], Teljeskiörlésű kenyér bölcsi[1,(6,7,11)], Gyümölcs tea/flt. 1-3 Energia: 206,94 Kcal / 865,01 Kj Fehérje 8,98 g; Zsír 6,33 g; T.Zsírsav 3,16 g Szénhidrát; Cukor; Só	Teljeskiörlésű kenyér bölcsi[1,(6,7,11)], Tökmagos ráma margarin (1,7), Tej 1-3[7] Energia: 208,41 Kcal / 871,15 Kj Fehérje 10,35 g; Zsír 14,27 g; T.Zsírsav 5,20 g Szénhidrát; Cukor; Só

	32,79 g	10,60 g	0,41 g		33,00 g	10,68 g	1,11 g		33,99 g	15,59 g	1,06 g		44,76 g	28,44 g	0,82 g		26,39 g	10,63 g	0,65 g				
																							

Élelmezésvezető	Gyerekorvos	Bölcsődevezető	Szakács
Sütő Károly	Dr Jakobenszky-Tünde	Bérces Attiláné	Czeglédiné Jónás Tünde

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!