

Heti étlap 2025.06.30. - 2025.07.04. (00480) Gyermekek normál (1-3 év)															
	Hétfő			Kedd			Szerda			Csütörtök			Péntek		
REGELI	Forralt tej[7], Gyümölcsstea[12], Ráma margarin, Mákos kalács[1,3,7,8]			Forralt tej[7], Gyümölcsstea[12], Ráma margarin, Főtt tojás [3], Korpás kenyér[1], Kígyóuborka			Kakaó [7], Gyümölcsstea[12], Ráma margarin, Korpás zsemle[1]			Forralt tej[7], Gyümölcsstea[12], Pulykamellsonka, Ráma margarin, Kukoricás kenyér[1], Zöldpaprika			Gyümölcsstea[12], Trappista sajt[7], Rozsos kenyér[1], Ráma margarin, Kígyóuborka		
	Energia: 303,69 Kcal / 1 269,42 KJ			Energia: 284,49 Kcal / 1 189,17 KJ			Energia: 268,78 Kcal / 1 123,50 KJ			Energia: 258,41 Kcal / 1 080,15 KJ			Energia: 231,69 Kcal / 968,46 KJ		
	Feh: 9,86 g	Zsír: 14,02 g	T.Zs: 5,53 g	Feh: 12,08 g	Zsír: 12,63 g	T.Zs: 4,50 g	Feh: 8,64 g	Zsír: 11,90 g	T.Zs: 3,98 g	Feh: 10,63 g	Zsír: 10,63 g	T.Zs: 4,06 g	Feh:	Zsír: 11,97 g	T.Zs: 5,21 g
Sz.h: 34,11 g	Cuk: 3,05 g	Só: 0,67 g	Sz.h: 30,23 g	Cuk: 0,00 g	Só: 1,02 g	Sz.h: 33,41 g	Cuk: 6,99 g	Só: 0,60 g	Sz.h: 29,16 g	Cuk: 1,20 g	Só: 0,98 g	Sz.h:	Cuk: 0,00 g	Só: 1,04 g	
	1,3,7,8,12			1,3,7,12			1,7,12			1,7,12			1,7,12		
TIZÓRAI	Alma			Alma, Banán			Alma, Sárgabarack			Alma, Körte			Alma, Sárgadinnye		
	Energia: 27,83 Kcal / 116,33 KJ			Energia: 59,59 Kcal / 249,09 KJ			Energia: 35,72 Kcal / 149,31 KJ			Energia: 36,77 Kcal / 153,70 KJ			Energia: 33,01 Kcal / 137,98 KJ		
	Feh: 0,32 g	Zsír: 0,32 g	T.Zs: 0,00 g	Feh: 0,72 g	Zsír: 0,24 g	T.Zs: 0,00 g	Feh: 0,51 g	Zsír: 0,28 g	T.Zs: 0,00 g	Feh: 0,36 g	Zsír: 0,33 g	T.Zs: 0,00 g	Feh: 0,33 g	Zsír: 0,27 g	T.Zs: 0,00 g
	Sz.h: 5,60 g	Cuk: 0,00 g	Só: 0,01 g	Sz.h: 13,18 g	Cuk: 0,00 g	Só: 0,03 g	Sz.h: 7,26 g	Cuk: 0,00 g	Só: 0,01 g	Sz.h: 7,80 g	Cuk: 0,00 g	Só: 0,01 g	Sz.h: 7,05 g	Cuk: 0,00 g	Só: 0,02 g
EBÉD	Kockázott mozzarella sajt[7,(1)], Zöldborsófőzelék[1,7]			Tejszínes csirkemell, cs.májjal[1,7,12], Sárgarépas rizs			Pulykafasírt[1,3,12], Tökfőzelék [1,7,12]			Sült sertéscomb[12], Paradicsomos burgonyafőzelék[1]			Bácskai bulgúros hús (pulyka)[1,12], Céklasaláta		
	Energia: 308,67 Kcal / 1 290,24 KJ			Energia: 359,36 Kcal / 1 502,12 KJ			Energia: 353,06 Kcal / 1 475,79 KJ			Energia: 321,16 Kcal / 1 342,45 KJ			Energia: 328,21 Kcal / 1 371,92 KJ		
	Feh: 16,34 g	Zsír: 12,49 g	T.Zs: 4,48 g	Feh: 14,25 g	Zsír: 11,26 g	T.Zs: 3,50 g	Feh: 14,10 g	Zsír: 16,55 g	T.Zs: 4,76 g	Feh: 15,76 g	Zsír: 9,31 g	T.Zs: 2,05 g	Feh: 17,14 g	Zsír: 10,25 g	T.Zs: 2,24 g
	Sz.h: 32,10 g	Cuk: 5,00 g	Só: 1,31 g	Sz.h: 49,97 g	Cuk: 0,07 g	Só: 2,22 g	Sz.h: 36,22 g	Cuk: 5,48 g	Só: 2,03 g	Sz.h: 42,77 g	Cuk: 8,00 g	Só: 2,08 g	Sz.h: 44,40 g	Cuk: 4,19 g	Só: 1,69 g
	1,7			1,7,12			1,3,7,12			1,12			1,12		
USZONNA	Pizzakrém, pulyka[12,(1)], Félbarna kenyér[1]			Natúr vajkrém[7], Fehérkenyér[1], Paradicsom			Sertés párizsi, Ráma margarin, Fehérkenyér[1], Paradicsom			Gyümölcs joghurt (poharas)[7], Kifli[1]			Snidlinges túró [7,(1)], Kápia paprika, Fehérkenyér[1]		
	Energia: 159,01 Kcal / 664,66 KJ			Energia: 168,15 Kcal / 702,87 KJ			Energia: 187,60 Kcal / 784,17 KJ			Energia: 180,00 Kcal / 752,40 KJ			Energia: 141,21 Kcal / 590,26 KJ		
	Feh: 7,32 g	Zsír: 3,76 g	T.Zs: 0,81 g	Feh: 3,86 g	Zsír: 7,48 g	T.Zs: 3,23 g	Feh: 4,93 g	Zsír: 9,26 g	T.Zs: 2,68 g	Feh: 7,35 g	Zsír: 2,60 g	T.Zs: 1,70 g	Feh: 6,10 g	Zsír: 3,40 g	T.Zs: 1,34 g
	Sz.h: 23,80 g	Cuk: 1,70 g	Só: 1,13 g	Sz.h: 20,94 g	Cuk: 1,28 g	Só: 0,28 g	Sz.h: 20,69 g	Cuk: 1,28 g	Só: 0,63 g	Sz.h: 31,00 g	Cuk: 22,45 g	Só: 0,31 g	Sz.h: 21,18 g	Cuk: 1,28 g	Só: 0,49 g
	1,12			1,7			1			1,7			1,7		

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk.

Élelmezésvezető-Dietetikus Papp Zsuzsanna sk.

Szakmai vezető: Márton Beáta sk.

Allergén kódok, információk: (zárójelben a nyomokban feltételezhető allergének vannak feltüntetve)

- 1: Glutén
- 3: Tojás
- 5: Földimogyoró
- 7: Tej, tejtermékek
- 9: Zeller
- 11: Szezám
- 13: Csillagfűrt
- 15: Mesterséges édesítőszer
- 2: Rákfélék
- 4: Halak
- 6: Szójabab
- 8: Diófélék, mogyorók
- 10: Mustár
- 12: Kéndioxid, szulfid
- 14: Puhatestűek
- 16: Édesgyökér