

Heti étlap 2025.12.15. - 2025.12.19. (00480) Gyermekek normál (1-3 év)															
	Hétfő			Kedd			Szerda			Csütörtök			Péntek		
REGGELI	Forralt tej[7], Gyümölcsstea[12], Ráma margarin, Foszlós kalács[1,3,7]			Forralt tej[7], Gyümölcsstea[12], Ráma margarin, Főtt tojás [3], Korpás zsemle[1], Kápia paprika			Karamellás tej[7], Gyümölcsstea[12], Kifli[1], Vaj [7]			Forralt tej[7], Gyümölcsstea[12], Margarinos s. baracklekvár(12), Félbarna kenyér[1]			Gyümölcsstea[12], Trappista sajt[7], Ráma margarin, Fehérkenyér[1], Kígyóuborka		
	Energia: 303,69 Kcal / 1 269,42 Kj Feh: 9,86 g Zsír: 14,02 g T.Zs: 5,53 g Sz.h: 34,11 g Cuk: 3,05 g Só: 0,67 g 1,3,7,12			Energia: 276,64 Kcal / 1 156,36 Kj Feh: 11,33 g Zsír: 14,07 g T.Zs: 4,42 g Sz.h: 27,79 g Cuk: 0,00 g Só: 0,67 g 1,3,7,12			Energia: 251,85 Kcal / 1 052,73 Kj Feh: 7,36 g Zsír: 10,33 g T.Zs: 5,22 g Sz.h: 31,44 g Cuk: 7,99 g Só: 0,33 g 1,7,12			Energia: 238,85 Kcal / 998,39 Kj Feh: 9,08 g Zsír: 7,41 g T.Zs: 3,16 g Sz.h: 33,59 g Cuk: 4,52 g Só: 1,01 g 1,7,12			Energia: 235,52 Kcal / 984,47 Kj Feh: 9,05 g Zsír: 12,69 g T.Zs: 5,41 g Sz.h: 20,72 g Cuk: 1,28 g Só: 0,84 g 1,7,12		
TIZÓRAI	Alma			Alma, Banán			Alma, Mandarin			Alma, Körte			Alma, Narancs		
	Energia: 27,83 Kcal / 116,33 Kj Feh: 0,32 g Zsír: 0,32 g T.Zs: 0,00 g Sz.h: 5,60 g Cuk: 0,00 g Só: 0,01 g			Energia: 59,59 Kcal / 249,09 Kj Feh: 0,72 g Zsír: 0,24 g T.Zs: 0,00 g Sz.h: 13,18 g Cuk: 0,00 g Só: 0,03 g			Energia: 34,94 Kcal / 146,05 Kj Feh: 0,45 g Zsír: 0,33 g T.Zs: 0,00 g Sz.h: 7,14 g Cuk: 0,00 g Só: 0,01 g			Energia: 36,77 Kcal / 153,70 Kj Feh: 0,36 g Zsír: 0,33 g T.Zs: 0,00 g Sz.h: 7,80 g Cuk: 0,00 g Só: 0,01 g			Energia: 33,29 Kcal / 139,15 Kj Feh: 0,42 g Zsír: 0,30 g T.Zs: 0,00 g Sz.h: 6,75 g Cuk: 0,00 g Só: 0,01 g		
EBÉD	Kockázott trappista sajt[7], Zöldborsófőzelék[1,7]			Sült sertéscomb[9,12], Hagymás tört burgonya, Csemege uborka[10]			Csirkepaprikás[1,7,9,12], Tészta köret (tojásos)[1,3]			Pulykafasírt[1,3,12], Vegyes főzelék (brokkoli, répa, karfiol)			Sült virsli[6], Paradicsomos burgonyafőzelék[1]		
	Energia: 331,06 Kcal / 1 383,83 Kj Feh: 18,41 g Zsír: 14,12 g T.Zs: 6,08 g Sz.h: 31,94 g Cuk: 5,00 g Só: 1,69 g 1,7			Energia: 312,64 Kcal / 1 306,84 Kj Feh: 15,25 g Zsír: 11,00 g T.Zs: 2,24 g Sz.h: 37,17 g Cuk: 0,01 g Só: 2,24 g 9,10,12			Energia: 409,29 Kcal / 1 710,83 Kj Feh: 21,79 g Zsír: 13,17 g T.Zs: 3,30 g Sz.h: 50,44 g Cuk: 0,01 g Só: 2,05 g 1,3,7,9,12			Energia: 358,34 Kcal / 1 497,86 Kj Feh: 17,50 g Zsír: 16,18 g T.Zs: 4,48 g Sz.h: 35,00 g Cuk: 0,50 g Só: 1,98 g 1,3,7,9,12			Energia: 358,87 Kcal / 1 500,08 Kj Feh: 11,00 g Zsír: 15,14 g T.Zs: 4,14 g Sz.h: 43,72 g Cuk: 7,99 g Só: 2,50 g 1,6		
USONNA	Sertés párizsi, Ráma margarin, Félbarna kenyér[1], Kígyóuborka			Kenőmájás[6,(10)], Fehérkenyér[1], Paradicsom			Csirkemell sonka, Ráma margarin, Kukoricás kenyér[1], Csemege uborka[10]			Kockasajt (Medve)[7], Ráma margarin, Fehérkenyér[1], Kápia paprika			Dobozos kakaó 2dl[7,(1)], Háztartási keksz [1,12,(3,5,6,7,8)]		
	Energia: 182,21 Kcal / 761,64 Kj Feh: 5,55 g Zsír: 8,20 g T.Zs: 2,46 g Sz.h: 21,31 g Cuk: 0,00 g Só: 1,15 g 1			Energia: 158,52 Kcal / 662,61 Kj Feh: 5,87 g Zsír: 5,64 g T.Zs: 2,22 g Sz.h: 20,69 g Cuk: 1,28 g Só: 0,69 g 1,6,(10)			Energia: 165,64 Kcal / 692,38 Kj Feh: 5,38 g Zsír: 6,38 g T.Zs: 1,76 g Sz.h: 20,93 g Cuk: 1,19 g Só: 1,27 g 1,10			Energia: 201,80 Kcal / 843,52 Kj Feh: 4,98 g Zsír: 10,30 g T.Zs: 3,94 g Sz.h: 21,77 g Cuk: 1,28 g Só: 0,71 g 1,7			Energia: 195,10 Kcal / 815,52 Kj Feh: 8,56 g Zsír: 2,08 g T.Zs: 0,85 g Sz.h: 35,28 g Cuk: 25,76 g Só: 0,38 g 1,7,12,(3),(5),(6),(8)		

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