







Heti étlap 2026.06.01. - 2026.06.05.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00411) Tej-, banán-, citrus mentes	Mini margarin (10 g), Csirke sonka szel.5dkg 1% zsir, Abonett GM	Zsemle vizes friss[1], Mini margarin (10 g), Tojásfőtt[3], Uborka	Mini margarin (10 g), Füstölt főtt tarja 15% zsirt., Zsemle vizes friss [1], Kápia paprika	Mini margarin (10 g), Zsemle vizes friss[1], Miniméz MARYKER (20 g)	Zalafelv. cs.5dkg 10% zsirt., Mini margarin (10 g), Zsemle vizes friss[1], Zöldpaprika
		Energia: 289.79 Kcal / 1,211.32 KJ	Energia: 428.94 Kcal / 1,792.97 KJ	Energia: 461.16 Kcal / 1,927.65 KJ	Energia: 404.97 Kcal / 1,692.77 KJ	Energia: 477.26 Kcal / 1,994.95 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		16.69 g 10.43 g 1.05 g	14.36 g 12.94 g 1.08 g	15.72 g 15.80 g 0.20 g	7.10 g 8.00 g 0.20 g	14.24 g 19.18 g 2.35 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
31.91 g 0.00 g 1.73 g	59.43 g 0.58 g 0.69 g	61.15 g 0.00 g 1.01 g	82.20 g 24.20 g 0.50 g	60.35 g 0.00 g 1.60 g		
Ebéd	(00411) Tej-, banán-, citrus mentes	Bolognai spagetti TM ovi* [1], Lestyános krumplileves Tm ovi[1,9], Alma	Főtt virsli 1 db Roppanós*(6), Sertésraguleves ovi*[1], Zöldborsófőzelék Gm +TM ovis*, Zsemle vizes friss[1], Alma	Paradicsomleves*óvoda [1,9], Burgonya főtt*, Párolt csirkemell, Almamártás LÉ+TM BETEG*[12], Alma	Zöldségleves mir. GM., Párolt csirkemell, Párolt rizs kukoricával *, Őszibarack befőtt	Gulyásleves ovis GM*, Eszterházi sertésragu GM +TM[9,10], Tészta köret ovis*[1], Happy 0.20 l
		Energia: 652.06 Kcal / 2,725.61 KJ	Energia: 821.62 Kcal / 3,434.37 KJ	Energia: 811.77 Kcal / 3,393.20 KJ	Energia: 716.69 Kcal / 2,995.76 KJ	Energia: 974.74 Kcal / 4,074.41 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		23.94 g 24.20 g 2.35 g	36.17 g 27.92 g 2.98 g	36.62 g 10.30 g 0.53 g	35.50 g 16.27 g 0.62 g	35.92 g 44.53 g 5.00 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
82.15 g 8.93 g 3.23 g	90.61 g 8.93 g 1.79 g	139.95 g 38.90 g 1.18 g	105.71 g 21.80 g 6.23 g	101.48 g 0.50 g 5.47 g		
Uzsonna	(00411) Tej-, banán-, citrus mentes	Mini margarin (10 g), Zsemle vizes friss[1], Gépsonka 7% zsirt. (kg-os)	Jégcsapretek, Pulykamell szel.5 dkg 1% zsirt, Mini margarin (10 g), Teljes kiő. kenyér (750g) ÚJ[1, (6,11)]	Zsemle vizes friss[1], Mini margarin (10 g), Sertés parizer szeletelt 5dkg, Uborka	Mini margarin (10 g), Téliszalámi 46% zsirt. Szelete, Jégcsapretek, Zsemle vizes friss[1]	Mini margarin (10 g), Zsemle vizes friss[1], Csirke sonka szel.5dkg 1% zsir
		Energia: 417.86 Kcal / 1,746.65 KJ	Energia: 300.12 Kcal / 1,254.50 KJ	Energia: 465.42 Kcal / 1,945.46 KJ	Energia: 607.77 Kcal / 2,540.48 KJ	Energia: 394.04 Kcal / 1,647.09 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		18.32 g 11.55 g 1.42 g	11.34 g 10.18 g 1.01 g	13.02 g 18.50 g 3.60 g	20.29 g 31.11 g 9.04 g	14.52 g 10.25 g 1.10 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
58.20 g 0.00 g 1.06 g	33.50 g 0.00 g 0.83 g	59.55 g 0.00 g 1.55 g	59.47 g 0.00 g 2.52 g	59.00 g 0.00 g 1.70 g		



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna			  			

.....

Élelmezésvezető -
Bödör-Farkas Dóra

.....




Dietetikus - Puzsárné Horváth Katalin /
Rózsahegyi Franciska / Nagy Viktória /
Balogh Fanni



Heti étlap 2026.06.01. - 2026.06.05.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00413) Laktóz - tejfeh.ment. (+szója) ovis	Csirke sonka szel.5dkg 1% zsir, Mini margarin (10 g), Abonett GM, Gyümölcslé 0,2 MULTI 50%	Teljes kiő. kenyér (750g) ÚJ[1,(6,11)], Uborka, Mini margarin (10 g), Főtt tojás*[3]	Mini margarin (10 g), Füstölt főtt tarja 15% zsirt., Teljes kiő. kenyér (750g) ÚJ[1,(6,11)], Kápia paprika	Mini margarin (10 g), Minijam 25g 50%, Fehér kenyér szeletelt[1,(7)], Gyümölcslé 2 dl-es 50%	Zalafelv. cs.5dkg 10% zsirt., Mini margarin (10 g), Zsemle vizes friss[1], Zöldpaprika
		Energia: 364.77 Kcal / 1,524.74 KJ	Energia: 337.74 Kcal / 1,411.75 KJ	Energia: 369.96 Kcal / 1,546.43 KJ	Energia: 486.00 Kcal / 2,031.48 KJ	Energia: 477.26 Kcal / 1,994.95 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		16.69 g 10.43 g 1.05 g	13.08 g 12.82 g 0.94 g	14.44 g 15.68 g 0.06 g	8.14 g 7.64 g 0.24 g	14.24 g 19.18 g 2.35 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
50.11 g 0.00 g 1.73 g	32.78 g 0.58 g 0.35 g	34.50 g 0.00 g 0.67 g	91.10 g 21.10 g 0.17 g	60.35 g 0.00 g 1.60 g		
Ebéd	(00413) Laktóz - tejfeh.ment. (+szója) ovis	Bolognai spagetti TM ovi* [1], Lestyános krumplileves Tm ovi[1,9], Alma	Sertésraguleves ovi*[1], Zöldborsófőzelék Gm +TM ovis*, Főtt virsli* 1 db Roppanós*(6), Fehér kenyér szeletelt[1,(7)], Körte	Paradicsomleves*óvoda [1,9], Rakott burg. kolbásszal TM. GY[1,3], Banan	Zöldségleves mir. GM., Halrudacsok I.o.[1,4], Párolt rizs kukoricával *, Őszibarack befőtt	Gulyásleves ovis GM*, Happy 0.20 l, Eszterházi sertésragu GM+TM[9,10], Tészta köret *[1]
		Energia: 652.06 Kcal / 2,725.61 KJ	Energia: 920.89 Kcal / 3,849.32 KJ	Energia: 1,089.85 Kcal / 4,555.57 KJ	Energia: 843.55 Kcal / 3,526.04 KJ	Energia: 1,115.40 Kcal / 4,662.37 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		23.94 g 24.20 g 2.35 g	40.67 g 27.91 g 3.12 g	31.11 g 37.23 g 6.67 g	25.20 g 21.83 g 0.45 g	40.88 g 45.39 g 5.10 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
82.15 g 8.93 g 3.23 g	111.91 g 0.80 g 1.71 g	159.53 g 64.65 g 5.61 g	133.77 g 21.80 g 6.18 g	129.57 g 0.50 g 3.71 g		
Uzsonna	(00413) Laktóz - tejfeh.ment. (+szója) ovis	Mini margarin (10 g), Zsemle vizes friss[1], Minijam 25g 50%	Gyümölcsrizs*óvoda TM	Zsemle vizes friss[1], Mini margarin (10 g), Sertés parizer szeletelt 5dkg, Uborka	Mini margarin (10 g), Teljes kiő. kenyér (750g) ÚJ[1,(6,11)], Téliszalámi 46% zsirt. Szelete, Jégcsapretek	Almás rizspuding GM.TM. citr.0[15]
		Energia: 437.69 Kcal / 1,829.54 KJ	Energia: 295.68 Kcal / 1,235.94 KJ	Energia: 465.42 Kcal / 1,945.46 KJ	Energia: 515.11 Kcal / 2,153.16 KJ	Energia: 335.03 Kcal / 1,400.43 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		7.14 g 8.00 g 0.20 g	3.93 g 0.80 g 0.03 g	13.02 g 18.50 g 3.60 g	18.89 g 30.98 g 8.90 g	5.20 g 0.25 g 0.05 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
78.30 g 20.30 g 0.51 g	67.01 g 27.92 g 0.50 g	59.55 g 0.00 g 1.55 g	32.60 g 0.00 g 2.16 g	77.28 g 15.06 g 0.01 g		



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna						

.....










Élelmezésvezető -
Bödör-Farkas Dóra

.....

Dietetikus - Puzsárné Horváth Katalin /
Rózsahegyi Franciska / Nagy Viktória /
Balogh Fanni



Heti étlap 2026.06.01. - 2026.06.05.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Ebéd	(00415) Gluténmentes	Lestyános krumplileves GM[7,9], Bolognai spagetti GM isk*[7], Alma	Sertésraguleves GM isk., Zöldborsófőzelék Gm +TM isk*, Főtt virsli 1 db Roppanós*(6), Glut. mentes Class. fehér keny [6,(13)], Körte	Paradicsomleves GM*[9], Burgonya főtt*, Almamártás LÉ BETEG* [7,12], Párolt csirkemell, Banan	Zöldségleves mir. GM., Párolt csirkemell, Párolt rizs kukoricával *, Őszibarack befőtt	Gulyásleves GM., Eszterházi sertésragu GM +TM[9,10], Tészta köret GM!!!, Happy 0.20 l										
		Energia: 1,046.67 Kcal / 4,375.08 Kj	Energia: 821.98 Kcal / 3,435.88 Kj	Energia: 1,143.61 Kcal / 4,780.29 Kj	Energia: 716.69 Kcal / 2,995.76 Kj	Energia: 1,157.26 Kcal / 4,837.35 Kj										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		31.65 g	41.72 g	6.27 g	34.89 g	30.43 g	3.15 g	38.63 g	14.72 g	2.31 g	35.50 g	16.27 g	0.62 g	36.29 g	49.64 g	5.71 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
126.33 g	15.01 g	3.71 g	85.81 g	0.50 g	0.83 g	210.02 g	92.46 g	1.21 g	105.71 g	21.80 g	6.23 g	133.46 g	5.00 g	4.61 g		
																

.....
Élelmezésvezető -
Bödör-Farkas Dóra

.....
Dietetikus - Puzsárné Horváth Katalin /
Rózsahegyi Franciska / Nagy Viktória /
Balogh Fanni



Heti étlap 2026.06.01. - 2026.06.05.





		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00416) Tej-Tojás (szója) mentes	Lestyános krumplileves TM[1,9], Bolognai spagetti TM isk*[1], Alma	Sertésraguleves GM isk., Zöldborsófőzelék Gm +TM isk*, Főtt virsli 1 db Roppanós*(6), Teljes kiő. kenyér (750g) ÚJ[1, (6,11)], Körte	Paradicsomleves GM*[9], Burgonya főtt*, Almamártás TM BETEG* [1,12], Natúr sertésszelet* [1], Banan	Zöldségleves mir. GM., Halrudacskák l.o.[1,4], Párolt rizs kukoricával *, Őszibarack befőtt	Gulyásleves TM isk*, Eszterházi sertésragu GM +TM[9,10], Tészta köret * [1], Happy 0.20 l
		Energia: 1,046.87 Kcal / 4,375.92 Kj	Energia: 841.96 Kcal / 3,519.39 Kj	Energia: 1,202.12 Kcal / 5,024.86 Kj	Energia: 843.55 Kcal / 3,526.04 Kj	Energia: 1,156.88 Kcal / 4,835.76 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		40.36 g 33.43 g 3.81 g	36.70 g 29.85 g 3.18 g	37.10 g 18.99 g 2.43 g	25.20 g 21.83 g 0.45 g	44.48 g 49.81 g 5.79 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
142.32 g 13.93 g 4.04 g	87.99 g 0.50 g 0.61 g	216.47 g 91.89 g 1.23 g	133.77 g 21.80 g 6.18 g	125.93 g 0.00 g 3.73 g		

.....
 Élelmezésvezető -
 Bödör-Farkas Dóra

.....
 Dietetikus - Puzsárné Horváth Katalin /
 Rózsahegyi Franciska / Nagy Viktória /
 Balogh Fanni



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	(00418) Tej- és tojás-szójamentes óvoda	Gépsonka 7% zsirt. (kg-os), Mini margarin (10 g), Abonett GM, Gyümölcslé 0,2 MULTI 50%			Mini margarin (10 g), Sertés parizer szeletelt 5dkg, Teljes kiő. kenyér (750g) ÚJ[1,(6,11)], Uborka			Mini margarin (10 g), Füstölt főtt tarja 15% zsirt., Teljes kiő. kenyér (750g) ÚJ[1,(6,11)], Kápia paprika			Teljes kiő. kenyér (750g) ÚJ[1,(6,11)], Mini margarin (10 g), Gyümölcslé 2 dl-es 50%, Minijam 25g 50%			Mini margarin (10 g), Teljes kiő. kenyér (750g) ÚJ[1,(6,11)], Zöldpaprika, Zalafelv. cs.5dkg 10% zsirt.		
		Energia: 388.59 Kcal / 1,624.31 KJ			Energia: 374.22 Kcal / 1,564.24 KJ			Energia: 369.96 Kcal / 1,546.43 KJ			Energia: 460.84 Kcal / 1,926.31 KJ			Energia: 386.06 Kcal / 1,613.73 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		20.49 g	11.73 g	1.37 g	11.74 g	18.38 g	3.46 g	14.44 g	15.68 g	0.06 g	5.86 g	7.88 g	0.06 g	12.96 g	19.06 g	2.21 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
49.31 g	0.00 g	1.09 g	32.90 g	0.00 g	1.21 g	34.50 g	0.00 g	0.67 g	79.65 g	20.30 g	0.17 g	33.70 g	0.00 g	1.26 g		
Ebéd	(00418) Tej- és tojás-szójamentes óvoda	Bolognai spagetti TM ovi* [1], Lestyános krumplilev. Gm+TM[9], Alma			Sertésraguleves ovis GM*, Zöldborsófőzelék Gm+TM ovis*, Teljes kiő. kenyér (750g) ÚJ[1,(6,11)], Főtt virsli* 1 db Roppanós*(6), Körte			Paradicsomleves GM*[9], Burgonya főtt*, Almamártás LÉ+TM BETEG*[12], Natúr sertésszelet*[1], Banan			Zöldségleves mir. GM., Halrudacsok I.o.[1,4], Párolt rizs kukoricával *, Őszibarack befőtt			Gulyásleves ovis GM*, Eszterházi sertésragu GM +TM[9,10], Tészta köret * [1], Happy 0.20 l		
		Energia: 608.53 Kcal / 2,543.66 KJ			Energia: 770.17 Kcal / 3,219.31 KJ			Energia: 1,202.25 Kcal / 5,025.41 KJ			Energia: 843.55 Kcal / 3,526.04 KJ			Energia: 1,115.40 Kcal / 4,662.37 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		22.71 g	21.77 g	2.32 g	32.48 g	25.12 g	2.48 g	35.79 g	18.90 g	2.43 g	25.20 g	21.83 g	0.45 g	40.88 g	45.39 g	5.10 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
77.98 g	8.93 g	2.25 g	85.53 g	0.50 g	0.57 g	218.02 g	91.89 g	1.23 g	133.77 g	21.80 g	6.18 g	129.57 g	0.50 g	3.71 g		
Uzsonna	(00418) Tej- és tojás-szójamentes óvoda	Zsemle vizes friss[1], Mini margarin (10 g), Minijam 25g 50%			Gyümölcsrizs isk*TM			Zsemle vizes friss[1], Sertés parizer szeletelt 5dkg, Mini margarin (10 g), Uborka			Teljes kiő. kenyér (750g) ÚJ[1,(6,11)], Mini margarin (10 g), Téliszalámi 46% zsirt. Szelete, Jégcsapretek			Almás rizspuding GM.TM. citr.0[15]		
		Energia: 535.84 Kcal / 2,239.81 KJ			Energia: 364.95 Kcal / 1,525.49 KJ			Energia: 465.42 Kcal / 1,945.46 KJ			Energia: 515.11 Kcal / 2,153.16 KJ			Energia: 335.03 Kcal / 1,400.43 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		7.26 g	8.00 g	0.20 g	5.53 g	0.86 g	0.04 g	13.02 g	18.50 g	3.60 g	18.89 g	30.98 g	8.90 g	5.20 g	0.25 g	0.05 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
98.60 g	40.60 g	0.52 g	82.51 g	27.94 g	0.51 g	59.55 g	0.00 g	1.55 g	32.60 g	0.00 g	2.16 g	77.28 g	15.06 g	0.01 g		

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna						

.....




Élelmezésvezető -
Bödör-Farkas Dóra

.....

Dietetikus - Puzsárné Horváth Katalin /
Rózsahegyi Franciska / Nagy Viktória /
Balogh Fanni



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00419) Tejfehérje- sertéshús mentes	Abonett GM, Mini margarin (10 g), Csirke sonka szel.5dkg 1% zsír, Gyümölcslé 0,2 MULTI 50%	Mini margarin (10 g), Teljes kiő. kenyér (750g) ÚJ[1,(6,11)], Uborka, Tojásfőtt[3]	Mini margarin (10 g), Teljes kiő. kenyér (750g) ÚJ[1,(6,11)], Kápia paprika, Baromfi parizer cs.(5 dkg)	Mini margarin (10 g), Minijam 25g 50%, Teljes kiő. kenyér (750g) ÚJ[1,(6,11)], Gyümölcslé 2 dl-es 50%	Mini margarin (10 g), Miniméz MARYKER (20 g), Teljes kiő. kenyér (750g) ÚJ[1,(6,11)]
		Energia: 364.77 Kcal / 1,524.74 KJ	Energia: 337.74 Kcal / 1,411.75 KJ	Energia: 363.43 Kcal / 1,519.14 KJ	Energia: 460.84 Kcal / 1,926.31 KJ	Energia: 313.77 Kcal / 1,311.56 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		16.69 g 10.43 g 1.05 g	13.08 g 12.82 g 0.94 g	12.44 g 15.68 g 2.51 g	5.86 g 7.88 g 0.06 g	5.82 g 7.88 g 0.06 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
50.11 g 0.00 g 1.73 g	32.78 g 0.58 g 0.35 g	35.50 g 0.00 g 0.62 g	79.65 g 20.30 g 0.17 g	55.55 g 24.20 g 0.16 g		
Ebéd	(00419) Tejfehérje- sertéshús mentes	Lestyános krumplileves TM[1,9], Párolt köles, Brokkolis zöldségköret A, Párolt csirkemell, Alma	Rantottleves*[1,(3,9,10)], Zöldborsófőzelék mirTM.* [1], Párolt csirkemell, Teljes kiő. kenyér (750g) ÚJ[1,(6,11)], Körte	Paradicsomleves*[1,9], Burgonya főtt*, Párolt csirkemell, Almamártás TM BETEG*[1,12], Banan	Zöldségleves mir* [1, (3,9,10)], Halrudacsok I.o.[1,4], Párolt rizs kukoricával *, Őszibarack befőtt	Zöldséglevespüré GM (1,3,9,10), Párolt csirkemell, Párolt rizsköret*, Sav.uborka [10,15], Happy 0.20 I
		Energia: 885.69 Kcal / 3,702.18 KJ	Energia: 721.26 Kcal / 3,014.87 KJ	Energia: 1,125.69 Kcal / 4,705.38 KJ	Energia: 848.25 Kcal / 3,545.69 KJ	Energia: 679.81 Kcal / 2,841.61 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		44.41 g 26.99 g 3.35 g	47.16 g 17.07 g 0.52 g	41.75 g 12.21 g 0.86 g	26.52 g 22.13 g 0.52 g	35.44 g 13.46 g 0.51 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
109.37 g 8.93 g 7.28 g	89.82 g 2.00 g 3.57 g	208.16 g 96.39 g 1.45 g	133.04 g 21.30 g 3.59 g	100.22 g 1.40 g 4.09 g		
Uzsonna	(00419) Tejfehérje- sertéshús mentes	Zsemle vizes friss[1], Mini margarin (10 g), Csirke sonka szel.5dkg 1% zsír, Uborka	Hegeszthető edény 200ml, Gyümölcsrizs isk*TM	Zsemle vizes friss[1], Mini margarin (10 g), Pulykamell szel.5 dkg 1% zsírt, Uborka	Hamlet, Mini margarin (10 g), Baromfi parizer cs. (5 dkg), Jégcsapretek	Almás rizspuding GM.TM. citr.0[15]
		Energia: 399.92 Kcal / 1,671.67 KJ	Energia: 364.95 Kcal / 1,525.49 KJ	Energia: 389.92 Kcal / 1,629.87 KJ	Energia: 346.00 Kcal / 1,446.28 KJ	Energia: 335.03 Kcal / 1,400.43 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		15.02 g 10.25 g 1.10 g	5.53 g 0.86 g 0.04 g	12.52 g 10.25 g 1.15 g	11.40 g 15.56 g 2.62 g	5.20 g 0.25 g 0.05 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
59.85 g 0.00 g 1.70 g	82.51 g 27.94 g 0.51 g	59.90 g 0.00 g 1.10 g	39.40 g 0.00 g 0.52 g	77.28 g 15.06 g 0.01 g		

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna						

.....

Élelmezésvezető -
Bödör-Farkas Dóra

.....

Dietetikus - Puzsárné Horváth Katalin /
Rózsahegyi Franciska / Nagy Viktória /
Balogh Fanni



Heti étlap 2026.06.01. - 2026.06.05.






		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Ebéd	(00422) Laktóztejfeh.ment. (+szója) isk.	Bolognai spagetti TM isk* [1], Lestyános krumplileves TM[1,9], Alma	Sertésraguleves isk*[1], Zöldborsófőzelék Gm +TM isk*, Főtt virsli* 1 db Roppanós*(6), Teljes kiő. kenyér (750g) ÚJ[1, (6,11)], Körte	Paradicsomleves*isk.felső [1,9], Rakott burg. kolbásszal TM. GY[1,3], Banan	Zöldségleves mir. GM., Halrudacskák l.o.[1,4], Párolt rizs kukoricával *, Őszibarack befőtt	Gulyásleves Beteg*[1,3], Eszterházi sertésragu GM +TM[9,10], Tészta köret * [1], Happy 0.20 l										
		Energia: 1,046.87 Kcal / 4,375.92 Kj		Energia: 846.36 Kcal / 3,537.78 Kj		Energia: 1,164.46 Kcal / 4,867.44 Kj		Energia: 843.55 Kcal / 3,526.04 Kj		Energia: 1,205.13 Kcal / 5,037.44 Kj						
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		40.36 g	33.43 g	3.81 g	38.00 g	30.15 g	3.26 g	32.78 g	39.50 g	6.75 g	25.20 g	21.83 g	0.45 g	46.30 g	48.47 g	5.44 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
142.32 g	13.93 g	4.04 g	87.22 g	0.00 g	0.67 g	171.30 g	69.65 g	5.92 g	133.77 g	21.80 g	6.18 g	139.30 g	0.00 g	3.91 g		

.....
 Élelmezésvezető -
 Bödör-Farkas Dóra

.....
 Dietetikus - Puzsárné Horváth Katalin /
 Rózsahegyi Franciska / Nagy Viktória /
 Balogh Fanni



Heti étlap 2026.06.01. - 2026.06.05.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00431) Tejfehérjementes	Lestyános krumplileves TM[1,9], Bolognai spagetti TM isk*[1], Alma			Sertésraguleves isk*[1], Párolt zöldborsó, Főtt rizs, Párolt csirkemell, Alma			Paradicsomleves*isk.felső s[1,9], Rakott burg. kolbással TM. GY[1,3], Banan			Zöldségleves*[1], Halrudacsok l.o.[1,4], Párolt rizs kukoricával *, Őszibarack befőtt			Gulyásleves TM isk*, Eszterházi sertésragu GM +TM[9,10], Tészta köret * [1], Happy 0.20 l		
		Energia: 1,046.87 Kcal / 4,375.92 Kj			Energia: 933.88 Kcal / 3,903.62 Kj			Energia: 1,164.46 Kcal / 4,867.44 Kj			Energia: 864.61 Kcal / 3,614.07 Kj			Energia: 1,156.88 Kcal / 4,835.76 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		40.36 g	33.43 g	3.81 g	60.18 g	27.95 g	3.24 g	32.78 g	39.50 g	6.75 g	27.14 g	22.17 g	0.52 g	44.48 g	49.81 g	5.79 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
142.32 g	13.93 g	4.04 g	106.86 g	8.99 g	7.43 g	171.30 g	69.65 g	5.92 g	136.41 g	21.30 g	6.24 g	125.93 g	0.00 g	3.73 g		
																

.....
Élelmezésvezető -
Bödör-Farkas Dóra

.....
Dietetikus - Puzsárné Horváth Katalin /
Rózsahegyi Franciska / Nagy Viktória /
Balogh Fanni

