

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00481) Gyermekek (4-6 év)	East Milk kakaó 200 ml 1,9%, TK tejes kifli 50gr* [1,7]	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], TK kenyér * [1], Liga margarin(7), Főtt tojás 4-6[3]	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], TK kenyér * [1], Kenőmájás*(1,6,7,10), Uborka(kígyó)	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], Briós 52 gr* [1]	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], TK kenyér * [1], Sonkakrém4-6*(7), Zöldpaprika*
		Energia: 309,32 Kcal / 1 292,96 KJ	Energia: 372,86 Kcal / 1 558,55 KJ	Energia: 279,78 Kcal / 1 169,48 KJ	Energia: 301,18 Kcal / 1 258,93 KJ	Energia: 285,30 Kcal / 1 192,55 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav 11,28 g 5,41 g 3,04 g Szénhidrát Cukor Só 52,87 g 20,55 g 0,74 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 15,32 g 17,81 g 6,98 g Szénhidrát Cukor Só 36,64 g 9,30 g 1,30 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 11,10 g 8,35 g 5,08 g Szénhidrát Cukor Só 37,52 g 9,30 g 1,40 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 11,20 g 9,78 g 4,18 g Szénhidrát Cukor Só 41,30 g 10,81 g 0,81 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 10,83 g 9,74 g 4,85 g Szénhidrát Cukor Só 37,50 g 9,33 g 1,25 g
Ebéd	(00481) Gyermekek (4-6 év)	Pulykaraguleves mir. 4- 3*[1,3,9], Nudli,Derelye kif mir. 4-6[1]	Csontleves tésztabetéttel 4-6[1,3,9], Sárgaborsó főzelék 4-6[1], Fokhagymás csirkemell 4- 6, TK kenyér *[1], Alma	Lebbencsleves 4-6[1,3], Sült halfilé*4-6[1,4], Zöldséges bulgur4-6*[1], Almalé*100% (Happy Day)	Májgaluska leves 4-6 [1,3], Töltött paprika*(par. márt.)4[1,3], TK kenyér * [1]	Kertészleves leveszöld.*4-6[1,3], Rakott burgonya 4-6[3,7, (1,6,10)], Sárgarépa káposztasaláta*4-6, Alma
		Energia: 502,93 Kcal / 2 102,25 KJ	Energia: 388,18 Kcal / 1 622,59 KJ	Energia: 479,16 Kcal / 2 002,89 KJ	Energia: 504,52 Kcal / 2 108,89 KJ	Energia: 403,34 Kcal / 1 685,96 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav 22,58 g 10,39 g 2,54 g Szénhidrát Cukor Só 81,82 g 2,58 g 1,79 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 29,19 g 6,94 g 0,82 g Szénhidrát Cukor Só 52,49 g 0,05 g 0,68 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 23,79 g 11,63 g 1,66 g Szénhidrát Cukor Só 73,65 g 39,21 g 0,31 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 24,41 g 9,11 g 2,37 g Szénhidrát Cukor Só 81,55 g 23,04 g 1,02 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 15,03 g 14,12 g 3,49 g Szénhidrát Cukor Só 53,37 g 3,43 g 0,83 g
Uzsonna	(00481) Gyermekek (4-6 év)	TK kenyér *[1], Sajtkrém, natur[7,(1)], Zöldpaprika*	TK kenyér *[1], Ráma classic*(7), Paradicsom*	TK vizes zsemle 50 gr* [1], Túrókrém barackos4- 6*[7]	TK kenyér *[1], Vajkrém zöldfűszeres*[7], Paradicsom*	TK kenyér *[1], Liga margarin(7), Jégcsap retek
		Energia: 137,17 Kcal / 573,37 KJ	Energia: 191,08 Kcal / 798,63 KJ	Energia: 209,32 Kcal / 874,96 KJ	Energia: 175,84 Kcal / 735,01 KJ	Energia: 199,20 Kcal / 832,66 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav 5,05 g 2,03 g 1,06 g Szénhidrát Cukor Só 28,87 g 0,10 g 0,92 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 4,25 g 6,47 g 1,65 g Szénhidrát Cukor Só 28,40 g 0,10 g 0,83 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 7,81 g 3,01 g 1,41 g Szénhidrát Cukor Só 37,05 g 4,95 g 0,71 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 4,45 g 4,47 g 2,18 g Szénhidrát Cukor Só 28,56 g 0,10 g 0,80 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 4,28 g 7,44 g 2,14 g Szénhidrát Cukor Só 27,86 g 0,10 g 0,94 g



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Üzsonna	(00481) Gyermek (4-6 év)	 	 	 	 	 

Greskó Istvánné
.....
élelmezésvezető



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00483) Gyermekek (7-10)	East Milk kakaó 200 ml 1,9%, TK tejes kifli 50gr* [1,7]	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], TK kenyér * [1], Liga margarin(7), Főtt tojás * [3]	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], TK kenyér * [1], Kenőmájas*(1,6,7,10), Uborka(kígyó)	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], Brós 52 gr* [1]	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], TK kenyér * [1], Sonkakrém 7-10(7), Zöldpaprika*
		Energia: 309,32 Kcal / 1 292,96 KJ	Energia: 470,28 Kcal / 1 965,77 KJ	Energia: 356,43 Kcal / 1 489,88 KJ	Energia: 301,18 Kcal / 1 258,93 KJ	Energia: 374,40 Kcal / 1 564,99 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír 11,28 g 5,41 g 3,04 g Szénhidrát Cukor Só 52,87 g 20,55 g 0,74 g	Fehérje Zsír T.Zsír 17,28 g 21,52 g 8,05 g Szénhidrát Cukor Só 50,25 g 9,36 g 1,75 g	Fehérje Zsír T.Zsír 13,35 g 9,33 g 5,61 g Szénhidrát Cukor Só 51,32 g 9,36 g 1,91 g	Fehérje Zsír T.Zsír 11,20 g 9,76 g 4,18 g Szénhidrát Cukor Só 41,30 g 10,81 g 0,81 g	Fehérje Zsír T.Zsír 13,35 g 12,18 g 5,59 g Szénhidrát Cukor Só 51,30 g 9,40 g 1,62 g
Ebéd	(00483) Gyermekek (7-10)	Pulykaraguleves mir. 7- 10[1,3,9], Nudli,Derelye klf mir. 7-10[1]	Csontleves tésztabetéttel 7-10[1,3,9], Sárgaborsó főzelék 7-10[1], Fokhagymás csirkemell 7- 10, TK kenyér *[1]	Lebbencsleves isk 7-10 [1,3], Sült halfilé*7-10 [1,4], Zöldséges bulgur7- 10[1], Almalé*100% (Happy Day)	Májgaluska leves 7-10 [1,3], Töltött paprika 7-10 (par.márt[1,3], TK kenyér *[1]	Kertészleves leveszöld.*7-10[1,3], Rakott burgonya 7-10[3,7, (1,6,10)], Sárgarépás káposztasaláta*7-10, Alma
		Energia: 588,52 Kcal / 2 451,65 KJ	Energia: 558,51 Kcal / 2 326,21 KJ	Energia: 557,11 Kcal / 2 328,72 KJ	Energia: 576,34 Kcal / 2 409,10 KJ	Energia: 549,04 Kcal / 2 294,99 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír 24,73 g 14,53 g 3,10 g Szénhidrát Cukor Só 91,50 g 5,65 g 1,97 g	Fehérje Zsír T.Zsír 40,79 g 11,65 g 1,43 g Szénhidrát Cukor Só 72,83 g 0,09 g 1,11 g	Fehérje Zsír T.Zsír 28,72 g 13,14 g 1,95 g Szénhidrát Cukor Só 84,28 g 42,41 g 0,45 g	Fehérje Zsír T.Zsír 31,23 g 13,28 g 3,46 g Szénhidrát Cukor Só 82,70 g 18,08 g 1,33 g	Fehérje Zsír T.Zsír 18,29 g 23,93 g 6,02 g Szénhidrát Cukor Só 64,21 g 5,17 g 1,27 g
Uzsonna	(00483) Gyermekek (7-10)	TK kenyér *[1], Sajtkrém, natur[7,(1)], Zöldpaprika*	TK kenyér *[1], Ráma classic*(7), Paradicsom*	TK vizes zsemle 50 gr* [1], Túrókrém barackos7- 10*[7]	TK kenyér *[1], Vajkrém zöldfűszeres*[7], Paradicsom*	TK kenyér *[1], Liga margarin(7), Jégcsap retek
		Energia: 202,82 Kcal / 847,79 KJ	Energia: 283,31 Kcal / 1 184,24 KJ	Energia: 227,32 Kcal / 950,20 KJ	Energia: 279,47 Kcal / 1 168,18 KJ	Energia: 296,61 Kcal / 1 239,83 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír 7,39 g 3,00 g 1,59 g Szénhidrát Cukor Só 42,87 g 0,16 g 1,38 g	Fehérje Zsír T.Zsír 6,23 g 9,68 g 2,47 g Szénhidrát Cukor Só 42,01 g 0,16 g 1,25 g	Fehérje Zsír T.Zsír 9,32 g 3,71 g 1,89 g Szénhidrát Cukor Só 38,45 g 6,53 g 0,71 g	Fehérje Zsír T.Zsír 6,65 g 8,68 g 4,24 g Szénhidrát Cukor Só 42,35 g 0,16 g 1,20 g	Fehérje Zsír T.Zsír 6,24 g 11,14 g 3,21 g Szénhidrát Cukor Só 41,46 g 0,15 g 1,39 g



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00483) Gyermek (7-10)					

Greskó Istvánné
.....
élelmezésvezető



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00482) Gyermekek (11-14év)	East Milk kakaó 200 ml 1,9%, TK tejes kifli 50gr* [1,7]	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], TK kenyér * [1], Liga margarin(7), Főtt tojás isk11-14[3]	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], TK kenyér * [1], Kenőmájás*(1,6,7,10), Uborka(kigyó)	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], Briós 52 gr* [1]	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], TK kenyér * [1], Sonkakrém 11-14(7), Zöldpaprika*
		Energia: 309,32 Kcal / 1 292,96 KJ	Energia: 471,33 Kcal / 1 970,16 KJ	Energia: 389,25 Kcal / 1 627,07 KJ	Energia: 301,18 Kcal / 1 258,93 KJ	Energia: 419,94 Kcal / 1 755,35 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav 11,28 g 5,41 g 3,04 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 18,25 g 18,12 g 7,16 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 14,33 g 9,43 g 5,67 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 11,20 g 9,76 g 4,18 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 14,32 g 13,69 g 6,03 g
		Szénhidrát Cukor Só 52,87 g 20,55 g 0,74 g	Szénhidrát Cukor Só 57,02 g 9,38 g 1,90 g	Szénhidrát Cukor Só 58,11 g 9,38 g 2,11 g	Szénhidrát Cukor Só 41,30 g 10,81 g 0,81 g	Szénhidrát Cukor Só 58,10 g 9,43 g 2,04 g
Ebéd	(00482) Gyermekek (11-14év)	Pulykaraguleves mir. 11- 14[1,3,9], Nudli,Derelye klf mir. 11-14[1]	Csontleves tésztabet.11- 14[1,3,9], Sárgaborsó főzelék 11-14[1], Fokhagymás csirkemell 11-14, TK kenyér *[1], Alma	Lebbencsleves isk 11-14 [1,3], Sült halfilé*11-14 [1,4], Zöldséges bulgur11- 14[1], Almalé*100% (Happy Day)	Májgaluska leves 11-14 [1,3], Töltött paprika 11- 14(par.márt[1,3], TK kenyér *[1]	Kertészleves leveszöld.*11-14[1,3], Rakott burgonya 11-14 [3,7,(1,6,10)], Sárgarépás káposztasaláta*11-1, Alma
		Energia: 716,91 Kcal / 2 996,68 KJ	Energia: 662,86 Kcal / 2 770,75 KJ	Energia: 609,81 Kcal / 2 549,01 KJ	Energia: 689,22 Kcal / 2 880,94 KJ	Energia: 596,76 Kcal / 2 494,46 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav 29,66 g 17,82 g 3,83 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 46,91 g 13,87 g 1,59 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 32,75 g 15,30 g 2,26 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 36,37 g 14,54 g 3,81 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 19,88 g 26,14 g 6,49 g
		Szénhidrát Cukor Só 112,14 g 8,64 g 2,66 g	Szénhidrát Cukor Só 88,28 g 0,09 g 1,25 g	Szénhidrát Cukor Só 89,43 g 44,01 g 0,49 g	Szénhidrát Cukor Só 102,85 g 19,08 g 1,40 g	Szénhidrát Cukor Só 69,64 g 4,21 g 1,40 g
Uzsonna	(00482) Gyermekek (11-14év)	TK kenyér *[1], Sajtkrém, natur[7,(1)], Zöldpaprika*	TK kenyér *[1], Ráma classic*(7), Paradicsom*	TK vizes zsemle 50 gr* [1], Túrókrém barackos11 -14*[7]	TK kenyér *[1], Vajkrém zöldfűszeres*[7], Paradicsom*	TK kenyér *[1], Liga margarin(7), Jégcsap retek
		Energia: 235,64 Kcal / 984,98 KJ	Energia: 289,53 Kcal / 1 210,24 KJ	Energia: 244,45 Kcal / 1 021,80 KJ	Energia: 312,29 Kcal / 1 305,37 KJ	Energia: 361,21 Kcal / 1 509,86 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav 8,76 g 3,87 g 2,06 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 7,18 g 6,78 g 1,83 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 10,82 g 4,41 g 2,37 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 7,63 g 8,78 g 4,30 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 7,22 g 14,75 g 4,22 g
		Szénhidrát Cukor Só 50,07 g 0,18 g 1,64 g	Szénhidrát Cukor Só 48,78 g 0,18 g 1,43 g	Szénhidrát Cukor Só 39,64 g 7,90 g 0,72 g	Szénhidrát Cukor Só 49,14 g 0,18 g 1,40 g	Szénhidrát Cukor Só 48,27 g 0,18 g 1,64 g



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00482) Gyermekek (11-14év)	 	 	 	 	 

Greskó Istvánné
.....
élelmezésvezető



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00484) Gyermekek (15-18 év)	Pulykaraguleves mir. *15-18[1,3,9], Nudli,Derelye klf mir*15-18[1]			Csontleves tésztabetéttel *15-[1,3,9], Sárgaborsó főzelék *15-18[1], Fokhagymás csirkemell *15-18, TK kenyér *[1], Alma			Lebbencsleves *15-18 [1,3], Sült halfilé*15-18 [1,4], Zöldséges bulgur*15-18[1], Almalé*100% (Happy Day)			Májgaluskaleves *15-18 [1,3], Töltött paprika*15-18(par.márt[1,3], TK kenyér *[1]			Kertészleves leveszöld.*15-18[1,3], Rakott burgonya *15-18 [3,7,(1,6,10)], Sárgarépás káposztasaláta*15-1, Alma		
		Energia: 850,08 Kcal / 3 553,33 KJ			Energia: 813,68 Kcal / 3 401,18 KJ			Energia: 749,53 Kcal / 3 133,04 KJ			Energia: 751,35 Kcal / 3 140,64 KJ			Energia: 724,94 Kcal / 3 030,25 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav
		34,40 g	22,47 g	4,56 g	54,52 g	18,44 g	2,15 g	38,65 g	18,76 g	2,74 g	41,39 g	18,14 g	4,68 g	24,05 g	29,83 g	7,31 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		130,72 g	10,97 g	2,71 g	107,51 g	0,11 g	1,58 g	111,57 g	45,61 g	0,58 g	105,16 g	23,10 g	1,70 g	89,42 g	6,31 g	1,79 g
		  			  			  			 			   		

Greskó Istvánné
.....
élelmezésvezető



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00001) Normál (19-60)	Pulykaraguleves mir. * [1,3,9], Nudli,Derelye kif mir*[1]			Csontleves tésztabetéttel *[1,3,9], Sárgaborsó főzelék *[1], Fokhagymás csirkemell *, TK kenyér * [1], Alma			Lebbencsleves *[1,3], Sült halfilés*[1,4], Zöldséges bulgur*[1], Almalé*100% (Happy Day)			Májgaluskaleves *[1,3], Töltött paprika*(par. márt.)*[1,3], TK kenyér *[1]			Kertészleves leveszöld.* [1,3], Rakott burgonya * [3,7,(1,6,10)], Sárgarépas káposztasaláta*, Alma		
		Energia: 850,08 Kcal / 3 553,33 KJ			Energia: 784,76 Kcal / 3 280,30 KJ			Energia: 757,92 Kcal / 3 168,11 KJ			Energia: 768,23 Kcal / 3 211,20 KJ			Energia: 743,85 Kcal / 3 109,29 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		34,40 g	22,47 g	4,56 g	53,77 g	18,36 g	2,09 g	38,65 g	19,69 g	2,84 g	43,29 g	18,87 g	4,90 g	26,95 g	32,30 g	7,93 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		130,72 g	10,97 g	2,76 g	101,41 g	0,09 g	1,39 g	111,57 g	45,61 g	0,56 g	105,99 g	23,07 g	1,50 g	85,65 g	1,71 g	1,66 g
		  	  	  	 	   										

Greskó Istvánné
.....
élelmezésvezető

