

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], TK kenyér * [1], Hajdú magyaros vajkrém*[7], Zöldpaprika*	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], TK kenyér * [1], Tojáskrémm4-6*[3,(7)], Paradicsom*	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], TK kenyér * [1], Liga margarin(7), Szerencse szelet*	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], Kenőmájas*(1,6,7,10), Uborka(kígyó)
	Energia: 282,33 Kcal / 1 180,14 KJ	Energia: 327,01 Kcal / 1 366,90 KJ	Energia: 338,94 Kcal / 1 416,77 KJ	Energia: 301,18 Kcal / 1 258,93 KJ	Energia: 279,77 Kcal / 1 169,44 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 10,56 g 9,40 g 5,84 g Szénhidrát Cukor Só 37,83 g 9,50 g 1,17 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 11,31 g 14,03 g 6,00 g Szénhidrát Cukor Só 37,74 g 9,30 g 1,19 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 12,12 g 15,21 g 6,42 g Szénhidrát Cukor Só 37,10 g 9,32 g 1,54 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 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-sav 11,10 g 8,35 g 5,08 g Szénhidrát Cukor Só 37,51 g 9,30 g 1,39 g
					
Ebéd	Kassai burgonyaleves *4- 6[1], Káposztás kocka 4-6 [1,3], TK kenyér *[1], Alma	Almaleves mir 4-6*[1,7], Fokhagymás sertésszelet 4-6[1], Petrezselymes burgonya *4-6, Vitaminsaláta 4-6	Gulyásleves 4-6*, Tejbedara szórattal 4-6 [1,6,7], TK kenyér *[1]	Zöldborsóleves mir 4-6* [1,3,9], Lecsós sertésszelet/konz/ 4-6[1], Tarhonya köret 4-6[1,3], Csemege uborka *[10], Alma	Daragaluska leves 4-6* [1,3,9], Lencsefőzelék ovi TM[1], Sertés pörkölt 4-6, TK kenyér *[1], Alma
	Energia: 428,86 Kcal / 1 792,63 KJ	Energia: 385,40 Kcal / 1 610,97 KJ	Energia: 432,51 Kcal / 1 807,89 KJ	Energia: 485,18 Kcal / 2 028,05 KJ	Energia: 507,79 Kcal / 2 122,56 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 17,28 g 11,03 g 1,14 g Szénhidrát Cukor Só 62,46 g 0,09 g 0,77 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 19,19 g 10,28 g 2,33 g Szénhidrát Cukor Só 52,43 g 5,56 g 0,29 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 21,54 g 8,96 g 1,84 g Szénhidrát Cukor Só 65,24 g 18,57 g 1,03 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 25,85 g 14,96 g 2,49 g Szénhidrát Cukor Só 65,99 g 1,14 g 1,41 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 30,39 g 13,39 g 2,69 g Szénhidrát Cukor Só 65,10 g 2,09 g 0,74 g
					
Uzsonna	TK kenyér *[1], Körözött túró házi 4-6[7], Lilahagyma	TK vizes zsemle 50 gr* [1], T. Kaiser cigány sonka *	TK kenyér *[1], Ráma classic*(7), Jégcsap retek, Alma	TK kenyér *[1], Liga margarin(7), Zala felvágott*(Kométa útraval (1,6,7), Paradicsom*	Pizzás csiga*[1,7, (3,6,12)], Alma
	Energia: 178,04 Kcal / 744,21 KJ	Energia: 190,41 Kcal / 795,91 KJ	Energia: 209,73 Kcal / 876,87 KJ	Energia: 239,77 Kcal / 1 002,24 KJ	Energia: 201,87 Kcal / 843,82 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 7,48 g 2,45 g 1,60 g Szénhidrát Cukor Só 30,51 g 1,06 g 0,83 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 7,79 g 2,65 g 0,85 g Szénhidrát Cukor Só 33,34 g 0,48 g 1,11 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 4,55 g 6,68 g 1,64 g Szénhidrát Cukor Só 32,06 g 0,10 g 0,87 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 6,82 g 10,47 g 3,23 g Szénhidrát Cukor Só 28,70 g 0,10 g 1,27 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 4,54 g 7,91 g 0,56 g Szénhidrát Cukor Só 24,55 g 2,98 g 0,53 g



	hely	kadd	szerző	esemény	jelölés
Uzsonna	(00481) Gyermek (4-6 év)				

Greskó Istvánné
.....
élelmezésvezető



	Hétfő	Kedd	Szerda	csütörtök	pentek
Tízórai	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], TK kenyér * [1], Hajdú magyaros vajkrém*[7], Zöldpaprika*	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], TK kenyér * [1], Tojáskrém7-10*[3,(7)], Paradicsom*	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], TK kenyér * [1], Liga margarin(7), Szerencse szelet*	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], Kenőmájás*(1,6,7,10), Uborka(kígyó)
	Energia: 364,58 Kcal / 1 523,94 KJ	Energia: 405,36 Kcal / 1 694,40 KJ	Energia: 452,42 Kcal / 1 891,12 KJ	Energia: 301,18 Kcal / 1 258,93 KJ	Energia: 356,41 Kcal / 1 489,79 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv 12,66 g 11,26 g 6,96 g Szénhidrát Cukor Só 51,71 g 9,86 g 1,63 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 13,27 g 15,64 g 6,50 g Szénhidrát Cukor Só 51,34 g 9,36 g 1,61 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 15,18 g 20,01 g 7,83 g Szénhidrát Cukor Só 51,05 g 9,38 g 2,18 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 11,20 g 9,76 g 4,18 g Szénhidrát Cukor Só 41,30 g 10,81 g 0,81 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 13,35 g 9,32 g 5,81 g Szénhidrát Cukor Só 51,31 g 9,35 g 1,90 g
Ebéd	Kassai burgonyaleves *7- 10[1], Káposztás kocka 7- 10[1,3], TK kenyér *[1], Alma	Almaleves mir isk 7-10 [1,7], Fokhagymás sertésszelet 7-10[1], Petrezselymes burgonya *7-10, Vitaminsaláta 7-10	Gulyásleves *7-10[9], Tejbedara szóráttal 7-10 [1,6,7], TK kenyér *[1]	Zöldborsóleves mir 7-10* [1,3,9], Lecsós sertésszelet/konz/ 7-10[1], Tarhonya köret 7-10[1,3], Csemege uborka *[10], Alma	Daragaluska leves 7-10 [1,3,9], Lencsefőzelék isk 7-10[1,7], Sertés pörkölt isk 7-10, TK kenyér *[1], Alma
	Energia: 587,79 Kcal / 2 456,96 KJ	Energia: 512,54 Kcal / 2 142,42 KJ	Energia: 527,63 Kcal / 2 205,49 KJ	Energia: 620,27 Kcal / 2 592,73 KJ	Energia: 679,88 Kcal / 2 841,90 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv 23,89 g 15,70 g 1,58 g Szénhidrát Cukor Só 84,13 g 0,13 g 1,23 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 25,37 g 11,34 g 2,84 g Szénhidrát Cukor Só 75,25 g 14,32 g 0,44 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 26,53 g 10,76 g 2,24 g Szénhidrát Cukor Só 79,80 g 25,55 g 1,18 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 32,47 g 21,04 g 3,49 g Szénhidrát Cukor Só 79,95 g 1,35 g 1,96 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 39,65 g 19,68 g 5,49 g Szénhidrát Cukor Só 83,65 g 4,24 g 1,18 g
Uzsonna	TK kenyér *[1], Körözött túró házi 7-10*[7], Lilahagyma	TK vizes zsemle 50 gr* [1], T. Kaiser cigány sonka *	TK kenyér *[1], Ráma classic*(7), Jégcsap retek, Alma	TK kenyér *[1], Liga margarin(7), Zala felvágott*(Kométa útraval (1,6,7), Paradicsom*	Pizzás csiga*[1,7, (3,6,12)], Alma
	Energia: 256,39 Kcal / 1 080,07 KJ	Energia: 201,85 Kcal / 843,73 KJ	Energia: 315,88 Kcal / 1 320,38 KJ	Energia: 356,36 Kcal / 1 489,58 KJ	Energia: 215,78 Kcal / 901,96 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv 10,97 g 3,48 g 2,28 g Szénhidrát Cukor Só 44,36 g 1,53 g 1,24 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 9,29 g 3,17 g 1,05 g Szénhidrát Cukor Só 33,60 g 0,54 g 1,31 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 6,68 g 10,04 g 2,46 g Szénhidrát Cukor Só 48,46 g 0,15 g 1,29 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 10,08 g 15,67 g 4,84 g Szénhidrát Cukor Só 42,45 g 0,15 g 1,90 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 4,70 g 8,07 g 0,56 g Szénhidrát Cukor Só 27,35 g 2,98 g 0,54 g



		1815	1816	1817	1818	1819
Uzsonna	(00483) Gyermekek (7-10)	 		 	  	    

Greskó Istvánné
.....
élelmezésvezető



	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], TK kenyér * [1], Hajdú magyaros vajkrém*[7], Zöldpaprika*	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], TK kenyér * [1], Tojáskrém11-14*[3, (7)], Paradicsom*	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], TK kenyér * [1], Liga margarin(7), Szerencse szelet*	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], Kenőmájás*(1,6,7,10), Uborka(kígyó)
	Energia: 414,00 Kcal / 1 730,52 KJ	Energia: 450,89 Kcal / 1 884,72 KJ	Energia: 533,12 Kcal / 2 228,44 KJ	Energia: 301,18 Kcal / 1 258,93 KJ	Energia: 389,24 Kcal / 1 627,02 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
	13,79 g 13,01 g 8,02 g Szénhidrát Cukor Só 58,78 g 9,78 g 1,88 g	14,25 g 17,14 g 6,94 g Szénhidrát Cukor Só 58,13 g 9,38 g 1,83 g	17,27 g 24,72 g 9,18 g Szénhidrát Cukor Só 58,22 g 9,42 g 2,62 g	11,20 g 9,76 g 4,18 g Szénhidrát Cukor Só 41,30 g 10,81 g 0,81 g	14,32 g 9,43 g 5,67 g Szénhidrát Cukor Só 58,10 g 9,38 g 2,10 g
Ebéd	Kassai burgonyaleves 11-14[1], Káposztás kocka isk 11-14[1,3], TK kenyér *[1], Alma	Almaleves mir isk 11-14 [1,7], Fokhagymás sertésszelet 11-14[1], Petrezselymes burgonya *11-14, Vitaminsaláta 11-14	Gulyásleves 11-14[9], Tejbedara szórattal isk11-14[1,6,7], TK kenyér *[1]	Zöldborsóleves mir isk11-14*[1,3,9], Lecsós sertésszelet/konz 11-14 [1], Tarhonya köret 11-14 [1,3], Csemege uborka * [10], Alma	Daragaluska leves 11-14 [1,3,9], Lencsefőzelék isk 11-14[1,7], Sertés pörkölt isk 11-14, TK kenyér *[1], Alma
	Energia: 652,96 Kcal / 2 729,37 KJ	Energia: 628,00 Kcal / 2 625,04 KJ	Energia: 548,65 Kcal / 2 293,36 KJ	Energia: 708,82 Kcal / 2 954,51 KJ	Energia: 782,11 Kcal / 3 269,22 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
	27,23 g 18,51 g 1,81 g Szénhidrát Cukor Só 90,39 g 0,13 g 1,34 g	28,83 g 15,88 g 3,55 g Szénhidrát Cukor Só 90,16 g 20,46 g 0,50 g	28,78 g 11,57 g 2,53 g Szénhidrát Cukor Só 80,95 g 25,58 g 1,22 g	37,00 g 24,28 g 4,00 g Szénhidrát Cukor Só 90,46 g 1,35 g 2,02 g	45,09 g 24,73 g 6,27 g Szénhidrát Cukor Só 92,22 g 4,76 g 1,31 g
Uzsonna	TK kenyér *[1], Körözött túró házi 11-14*[7], Lilahagyma	TK vizes zsemle 50 gr* [1], T. Kaiser cigány sonka *	TK kenyér *[1], Ráma classic*(7), Jégcsap retek, Alma	TK kenyér *[1], Liga margarin(7), Zala felvágott*(Kométa útraval (1,6,7), Paradicsom*	Pizzás csiga*[1,7, (3,6,12)], Alma
	Energia: 308,15 Kcal / 1 279,71 KJ	Energia: 213,28 Kcal / 891,51 KJ	Energia: 375,32 Kcal / 1 568,84 KJ	Energia: 440,15 Kcal / 1 839,83 KJ	Energia: 215,78 Kcal / 901,96 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
	13,50 g 4,40 g 2,90 g Szénhidrát Cukor Só 51,45 g 1,96 g 1,45 g	10,79 g 3,69 g 1,25 g Szénhidrát Cukor Só 33,86 g 0,60 g 1,52 g	7,69 g 13,15 g 3,22 g Szénhidrát Cukor Só 55,28 g 0,18 g 1,51 g	12,36 g 20,78 g 6,39 g Szénhidrát Cukor Só 49,41 g 0,18 g 2,34 g	4,70 g 8,07 g 0,56 g Szénhidrát Cukor Só 27,35 g 2,98 g 0,54 g



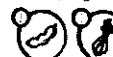
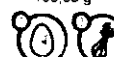
		kedd	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00482) Gyermekek (11-14év)	 		 	  	    

Greskó Istvánné
.....
élelmezésvezető



			hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00484) Gyermekek (15-18 év)		Kassai burgonyaleves *15-18[1], Káposztás kocka *15-18[1,3], TK kenyér *1[1], Alma			Almaleves mir *15-18 [1,7], Fokhagymás sertésszelet 15-18[1], Petrezselymes burgonya *15-18, Vitaminsaláta* 15- 18			Gulyásleves*15-18[9], Tejbedara szórattal *15- 18[1,6,7], TK kenyér *1[1]			Zöldborsóleves mir*15- 18[1,3,9], Lecsós sertésszelet/konz*15-18 [1], Tarhonya köret *15-18 [1,3], Csemege uborka * [10], Alma			Daragaluska leves *15- 18[1,3,9], Lencsefőzelék *15-18[1,7], Sertés pörkölt *15-18, TK kenyér *1[1], Alma		
			Energia: 796,71 Kcal / 3 330,25 KJ			Energia: 728,92 Kcal / 3 046,89 KJ			Energia: 676,78 Kcal / 2 828,94 KJ			Energia: 803,96 Kcal / 3 360,55 KJ			Energia: 874,74 Kcal / 3 656,41 KJ		
			Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
			31,54 g	24,08 g	2,48 g	32,91 g	16,88 g	3,86 g	34,34 g	15,24 g	3,11 g	41,28 g	29,23 g	4,72 g	49,33 g	28,10 g	7,09 g
			Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
108,77 g	0,16 g	1,61 g	108,52 g	25,57 g	0,58 g	98,95 g	30,76 g	1,35 g	99,60 g	1,54 g	2,28 g	103,31 g	4,51 g	1,43 g			
Greskó Istvánné élelmezésvezető																	



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		Kassai burgonyaleves * [1], Káposztás kocka * [1,3], TK kenyér *[1], Alma			Almaleves mir *[1,7], Petrezselymes burgonya *, Fokhagymás sertésszelet *[1], Vitaminsaláta*			Gulyásleves*[9], Tejbedara szórattal * [1,6,7], TK kenyér *[1]			Zöldborsóleves*[1,3,9], Lecsós sertésszelet/konz* [1], Tarhonya köret *[1,3], Csemege uborka *[10], Alma			Daragaluska leves * [1,3,9], Lencsefőzelék * [1,7], Sertés pörkölt *, TK kenyér *[1], Alma		
Ebéd	(00001) Normál (19-60)	Energia: 811,34 Kcal / 3 391,40 KJ			Energia: 730,10 Kcal / 3 051 82 KJ			Energia: 676,79 Kcal / 2 826,98 KJ			Energia: 803,97 Kcal / 3 360,59 KJ			Energia: 878,51 Kcal / 3 672,17 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		33,12 g	24,72 g	2,48 g	33,01 g	16,69 g	3,86 g	34,35 g	15,25 g	3,11 g	41,28 g	29,23 g	4,72 g	50,38 g	28,04 g	7,19 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		109,29 g	0,15 g	1,46 g	108,69 g	25,57 g	0,59 g	98,95 g	30,77 g	1,35 g	99,60 g	1,54 g	2,28 g	103,33 g	4,51 g	1,44 g
																

Greskó Istvánné
.....
élelmezésvezető

