







Heti étlap 2026.05.04. - 2026.05.08.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	(00481) Gyermek (4-6 év)			(00481) Gyermek (4-6 év)			(00481) Gyermek (4-6 év)			(00481) Gyermek (4-6 év)			(00481) Gyermek (4-6 év)		
	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], Tojáskrém4-6*[3,(7)], Paradicsom*			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)			East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], Kalács kakaós foszlós[1,3,7], Liga margarin(7)		
	Energia: 282,32 Kcal / 1 180,10 KJ			Energia: 327,01 Kcal / 1 386,90 KJ			Energia: 301,18 Kcal / 1 258,93 KJ			Energia: 279,77 Kcal / 1 169,44 KJ			Energia: 336,75 Kcal / 1 407,62 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
10,56 g	9,40 g	5,84 g	11,31 g	14,03 g	6,00 g	11,20 g	9,76 g	4,18 g	11,10 g	8,35 g	5,08 g	10,73 g	16,80 g	7,23 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
37,83 g	9,50 g	1,17 g	37,74 g	9,30 g	1,19 g	41,30 g	10,81 g	0,81 g	37,51 g	9,30 g	1,39 g	35,18 g	12,25 g	0,77 g	
Ebéd	(00481) Gyermek (4-6 év)			(00481) Gyermek (4-6 év)			(00481) Gyermek (4-6 év)			(00481) Gyermek (4-6 év)			(00481) Gyermek (4-6 év)		
	Kassai burgonyaleves *4- 6[1], Káposztás kocka 4-6 [1,3], TK kenyér *[1], Alma			Brokkolikrémleves mir.4- 6*[1,7], Bazsalikomos csirkemáj 4-6*, Párolt rizs 4-6*, Céklasaláta, csemege szeletelt, Alma			Karfiolleves mir. 4-6* [1,3,9], Rakott burgonya 4 -6[3,7,(1,6,10)], Csemege uborka *[10], Alma			Pulykaraguleves mir. 4- 6*[1,3,9], Tejbedara szórtattal 4-6[1,6,7]			Tarhonyaleves 4-6 *[1,3], Tejfölös szárazbabfőz. 4- 6[1,7], Sertés pörkölt 4-6, TK kenyér *[1]		
	Energia: 428,85 Kcal / 1 792,59 KJ			Energia: 432,09 Kcal / 1 808,14 KJ			Energia: 365,10 Kcal / 1 526,12 KJ			Energia: 328,62 Kcal / 1 385,27 KJ			Energia: 491,65 Kcal / 2 055,10 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
17,28 g	11,02 g	1,14 g	21,57 g	10,88 g	1,87 g	14,14 g	14,83 g	3,61 g	22,13 g	5,07 g	0,56 g	27,47 g	15,93 g	4,39 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
62,46 g	0,09 g	0,76 g	64,98 g	5,38 g	0,86 g	43,67 g	1,38 g	1,43 g	51,86 g	22,50 g	0,44 g	58,76 g	0,91 g	0,64 g	
Uzsonna	(00481) Gyermek (4-6 év)			(00481) Gyermek (4-6 év)			(00481) Gyermek (4-6 év)			(00481) Gyermek (4-6 év)			(00481) Gyermek (4-6 év)		
	TK vizes zsemle 50 gr* [1], Zala felvágott* (Kométa útraval(1,6,7)			Pizzás csiga*[1,7, (3,6,12)]			TK kenyér *[1], Liga margarin(7), Retek hónapos			TK tejes kifli 50gr*[1,7], Mackó sajt 23,7 gr*[7], Alma			TK kenyér *[1], Ráma classic*(7), T. Finonimo Toast Sonkás szele, Zöldpaprika*		
	Energia: 205,91 Kcal / 880,70 KJ			Energia: 181,00 Kcal / 756,58 KJ			Energia: 194,93 Kcal / 814,81 KJ			Energia: 233,73 Kcal / 976,99 KJ			Energia: 207,96 Kcal / 869,27 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
7,39 g	4,61 g	1,53 g	4,30 g	7,67 g	0,56 g	4,28 g	7,44 g	2,59 g	5,32 g	5,15 g	2,84 g	6,55 g	7,06 g	1,86 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
33,12 g	0,36 g	1,06 g	20,35 g	2,98 g	0,53 g	27,24 g	0,10 g	0,90 g	39,17 g	2,65 g	0,84 g	28,96 g	0,20 g	1,39 g	



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

Greskó Istvánné







 élelmezésvezető



Heti étlap 2026.05.04. - 2026.05.08.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	pentek
Tízórai	(00483) Gyermekek (7-10)				
	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], Briós 52 gr* [1]	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], Kalács kakaós foszlós[1,3,7], Liga margarin(7)
	Energia: 364,56 Kcal / 1 523,86 Kj Fehérje Zsír T.Zsír 12,66 g 11,25 g 6,96 g Szénhidrát Cukor Só 51,69 g 9,65 g 1,62 g 	Energia: 405,35 Kcal / 1 694,36 Kj Fehérje Zsír T.Zsír 13,27 g 15,63 g 6,50 g Szénhidrát Cukor Só 51,33 g 9,35 g 1,61 g 	Energia: 301,18 Kcal / 1 258,93 Kj 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 	Energia: 358,41 Kcal / 1 489,79 Kj Fehérje Zsír T.Zsír 13,35 g 9,32 g 5,61 g Szénhidrát Cukor Só 51,31 g 9,35 g 1,90 g 	Energia: 449,15 Kcal / 1 877,45 Kj Fehérje Zsír T.Zsír 13,10 g 22,40 g 9,04 g Szénhidrát Cukor Só 48,17 g 13,78 g 1,03 g
Ebéd	(00483) Gyermekek (7-10)				
	Kassai burgonyaleves *7- 10[1], Káposztás kocka 7- 10[1,3], TK kenyér *[1], Alma	Brokkolikrémleves mir. 7- 10[1,7], Bazsalikomos csirkemáj 7-10, Párolt rizs isk 7-10, Céklasaláta, csemege szeletelt, Alma	Karfiolleves mir. isk7-10 [1,3,9], Rakott burgonya 7 -10[3,7,(1,6,10)], Csemege uborka *[10], Alma	Pulykaraguleves mir. 7- 10[1,3,9], Tejbedara szóráttal 7-10[1,6,7]	Tarhonyaleves 7-10[1,3], Tejfölös szárazbabfőz. 7- 10[1,7], Sertés pörkölt isk 7-10, TK kenyér *[1]
	Energia: 587,77 Kcal / 2 458,88 Kj Fehérje Zsír T.Zsír 23,88 g 15,69 g 1,58 g Szénhidrát Cukor Só 84,13 g 0,12 g 1,23 g 	Energia: 552,21 Kcal / 2 308,24 Kj Fehérje Zsír T.Zsír 26,57 g 17,14 g 2,81 g Szénhidrát Cukor Só 75,87 g 6,10 g 1,11 g 	Energia: 508,62 Kcal / 2 117,67 Kj Fehérje Zsír T.Zsír 17,14 g 23,61 g 6,04 g Szénhidrát Cukor Só 55,53 g 2,30 g 1,86 g 	Energia: 405,48 Kcal / 1 694,91 Kj Fehérje Zsír T.Zsír 25,87 g 6,99 g 0,78 g Szénhidrát Cukor Só 63,69 g 29,49 g 0,58 g 	Energia: 691,49 Kcal / 2 890,43 Kj Fehérje Zsír T.Zsír 38,28 g 21,09 g 6,07 g Szénhidrát Cukor Só 85,81 g 2,38 g 1,06 g
Uzsonna	(00483) Gyermekek (7-10)				
	TK vizes zsemle 50 gr* [1], Zala felvágott* (Kométa útraval[1,6,7])	Pizzás csiga*[1,7, (3,6,12)]	TK kenyér *[1], Liga margarin(7), Retek hónapos	TK tejes kifli 50gr*[1,7], Mackó sajt 23,7 gr*[7], Alma	TK kenyér *[1], Ráma classic*(7), T. Finonimo Toast Sonkás szele, Zöldpaprika*
	Energia: 225,09 Kcal / 940,88 Kj Fehérje Zsír T.Zsír 8,69 g 6,11 g 2,07 g Szénhidrát Cukor Só 33,27 g 0,36 g 1,24 g	Energia: 181,00 Kcal / 756,58 Kj Fehérje Zsír T.Zsír 4,30 g 7,67 g 0,56 g Szénhidrát Cukor Só 20,35 g 2,98 g 0,53 g	Energia: 292,36 Kcal / 1 222,06 Kj Fehérje Zsír T.Zsír 6,24 g 11,15 g 3,66 g Szénhidrát Cukor Só 40,85 g 0,16 g 1,35 g	Energia: 247,64 Kcal / 1 035,14 Kj Fehérje Zsír T.Zsír 5,48 g 5,31 g 2,84 g Szénhidrát Cukor Só 41,97 g 2,65 g 0,85 g	Energia: 309,01 Kcal / 1 291,66 Kj Fehérje Zsír T.Zsír 9,64 g 10,54 g 2,79 g Szénhidrát Cukor Só 42,99 g 0,30 g 2,08 g













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







Greskó Istvánné
.....
élelmezésvezető



Heti étlap 2026.05.04. - 2026.05.08.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	pentek	
Tízórai	(00482) Gyermek (11-14év) East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], TK kenyér * [1], Hajdú magyaros vajkrém*[7], Zöldpaprika* Energia: 414,00 Kcal / 1 730,52 Kj Fehérje Zsír T.Zsír/sav 13,79 g 13,01 g 8,02 g Szénhidrát Cukor Só 58,76 g 9,78 g 1,88 g 	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], TK kenyér * [1], Tojáskrém11-14*[3, (7)], Paradicsom* Energia: 450,89 Kcal / 1 884,72 Kj Fehérje Zsír T.Zsír/sav 14,24 g 17,14 g 6,94 g Szénhidrát Cukor Só 58,12 g 9,38 g 1,83 g 	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], Briós 52 gr* [1] Energia: 301,18 Kcal / 1 258,93 Kj 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 	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], TK kenyér * [1], Kenőmájas*(1,6,7,10), Uborka(kígyó) Energia: 389,25 Kcal / 1 627,07 Kj Fehérje Zsír T.Zsír/sav 14,33 g 9,43 g 5,87 g Szénhidrát Cukor Só 58,11 g 9,38 g 2,11 g 	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], Kalács kakaós foszlós[1,3,7], Liga margarin(7) Energia: 521,24 Kcal / 2 178,78 Kj Fehérje Zsír T.Zsír/sav 14,29 g 26,96 g 10,43 g Szénhidrát Cukor Só 54,68 g 14,54 g 1,18 g 	
	Ebéd	(00482) Gyermek (11-14év) Kassai burgonyaleves 11- 14[1], Káposztás kocka isk 11-14[1,3], TK kenyér *[1], Alma Energia: 652,94 Kcal / 2 729,29 Kj Fehérje Zsír T.Zsír/sav 27,22 g 18,50 g 1,81 g Szénhidrát Cukor Só 90,39 g 0,12 g 1,34 g 	BrokkolikréMLEVES mir.11 -14[1,7], Bazsalikomos csirkemáj 11-14, Párolt rizs isk 11-14, Céklasaláta, csemege szeletelt, Alma Energia: 605,24 Kcal / 2 529,90 Kj Fehérje Zsír T.Zsír/sav 29,84 g 18,57 g 3,08 g Szénhidrát Cukor Só 83,99 g 8,02 g 1,38 g 	Karfiolleves mir. isk11-14 [1,3,9], Rakott burgonya 11-14[3,7,(1,6,10)], Csemege uborka *[10], Alma Energia: 568,65 Kcal / 2 368,60 Kj Fehérje Zsír T.Zsír/sav 18,79 g 26,73 g 6,62 g Szénhidrát Cukor Só 61,91 g 2,54 g 2,14 g 	Pulykaraguleves mir. 11- 14[1,3,9], Tejbedara szóráttal isk11-14[1,6,7] Energia: 434,12 Kcal / 1 814,62 Kj Fehérje Zsír T.Zsír/sav 28,80 g 7,15 g 0,82 g Szénhidrát Cukor Só 68,62 g 31,49 g 0,87 g 	Tarhonyaleves 11-14 [1,3], Tejfölös szárazbabfőz. isk11-1 [1,7], Sertés pörkölt isk 11- 14, TK kenyér *[1] Energia: 785,51 Kcal / 3 283,43 Kj Fehérje Zsír T.Zsír/sav 42,95 g 25,77 g 6,80 g Szénhidrát Cukor Só 94,02 g 3,38 g 1,14 g 
		Uzsonna	(00482) Gyermek (11-14év) TK vizes zsemle 50 gr* [1], Zala felvágott* (Kométa útraval(1,6,7) Energia: 244,29 Kcal / 1 021,13 Kj Fehérje Zsír T.Zsír/sav 9,99 g 7,61 g 2,61 g Szénhidrát Cukor Só 33,42 g 0,36 g 1,43 g	Pizzás csiga*[1,7, (3,6,12)] Energia: 181,00 Kcal / 756,58 Kj Fehérje Zsír T.Zsír/sav 4,30 g 7,67 g 0,56 g Szénhidrát Cukor Só 20,35 g 2,98 g 0,53 g	TK kenyér *[1], Liga margarin(7), Retek hónapos Energia: 356,94 Kcal / 1 492,01 Kj Fehérje Zsír T.Zsír/sav 7,22 g 14,75 g 4,67 g Szénhidrát Cukor Só 47,65 g 0,18 g 1,60 g	TK tejes kifli 50gr*[1,7], Mackó sajt 23,7 gr*[7], Alma Energia: 247,64 Kcal / 1 035,14 Kj Fehérje Zsír T.Zsír/sav 5,48 g 5,31 g 2,84 g Szénhidrát Cukor Só 41,97 g 2,65 g 0,85 g















	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna		 			

(00482) Gyermek
(11-14év)

Greskó Istvánné
.....
élelmezésvezető



Heti étlap 2026.05.04. - 2026.05.08.

		kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00484) Gyermek (15-18 év)	BrokkolikréMLEVES mir. *15-18[1,7], Bazsalikomos csirkemáj *15-18, Párolt rizs *15-18, Cék-lasaláta, csemege szeletelt, Alma			Karfiolleves mir. *15-18 [1,3,9], Rakott burgonya *15-18[3,7,(1,6,10)], Csemege uborka *[10], Alma			Pulykaraguleves mir. *15-18[1,3,9], Tejbedara szóráttal *15-18[1,6,7]			Tárhonyaleves *15-18 [1,3], Tejfölös szárazbabfőz. 15-18[1,7], Sertés pörkölt *15-18, TK kenyér *[1]		
		Energia: 727,81 Kcal / 3 042,25 KJ			Energia: 653,20 Kcal / 2 730,38 KJ			Energia: 571,96 Kcal / 2 390,79 KJ			Energia: 920,23 Kcal / 3 846,56 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav
		33,50 g	22,75 g	3,67 g	21,90 g	29,19 g	7,34 g	34,65 g	11,07 g	1,28 g	48,70 g	30,83 g	7,79 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
101,41 g	8,14 g	1,54 g	74,97 g	2,82 g	2,57 g	89,18 g	38,71 g	0,71 g	110,37 g	3,61 g	1,35 g		
													
													

Greskó Istvánné
.....
élelmezés-vezető



Heti étlap 2026.05.04. - 2026.05.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00001) Normál (19-60)	Kassai burgonyaleves * [1], Káposztás kocka * [1,3], TK kenyér *[1], Alma			Brokkolikrémleves mir.* [1,7], Bazsalikomos csirkemáj *, Párolt rizs *, Céklasaláta, csemege szeletelt, Alma			Karfiolleves mir. *[1,3,9], Rakott burgonya *[3,7, (1,6,10)], Csemege uborka *[10], Alma			Pulykaraguleves mir. * [1,3,9], Tejbedara szóráttal *[1,6,7]			Tarhonyaleves *[1,3], Tejfőlés szárazbabfőz. * [1,7], Sertés pörkölt *, TK kenyér *[1]		
		Energia: 811,32 Kcal / 3 391,32 KJ			Energia: 714,08 Kcal / 2 984,85 KJ			Energia: 686,24 Kcal / 2 868,48 KJ			Energia: 571,96 Kcal / 2 390,79 KJ			Energia: 922,69 Kcal / 3 856,84 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		33,11 g	24,71 g	2,48 g	34,10 g	20,92 g	3,46 g	24,60 g	31,59 g	7,96 g	34,65 g	11,07 g	1,26 g	49,71 g	30,76 g	7,89 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
109,29 g	0,14 g	1,46 g	101,52 g	8,13 g	1,46 g	75,09 g	2,82 g	2,64 g	89,18 g	38,71 g	0,76 g	110,14 g	3,59 g	1,42 g		

Greskó Istvánné
.....
élelmezésvezető

