

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök
Tízórai	(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], Kenőmájas*(1,6,7,10), Uborka(kígyó)	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], Kakaós csiga*70 gr[1,7]	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], Margarinos pogácsa 70 gr*[1,3,7]
		Energia: 282,32 Kcal / 1 180,10 KJ	Energia: 279,78 Kcal / 1 169,48 KJ	Energia: 415,06 Kcal / 1 734,95 KJ	Energia: 341,22 Kcal / 1 426,30 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 11,10 g 8,35 g 5,08 g Szénhidrát Cukor Só 37,52 g 9,30 g 1,40 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 11,25 g 18,83 g 10,95 g Szénhidrát Cukor Só 54,24 g 19,42 g 0,85 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 11,95 g 10,43 g 6,05 g Szénhidrát Cukor Só 49,10 g 14,24 g 0,78 g
Ebéd	(00481) Gyermek (4-6 év)	Tarhonyaleves 4-6 *[1,3], Tejfőlés szárazbabfőz. 4- 6[1,7], Fokhagymás csirkemell 4-6, TK kenyér *[1]	Zöldbableves mir. 4-6 [1,7], Sertés pörkölt 4-6, Tészta köret(rövidcső) 4-6 [1,3], TK kenyér *[1], Vegyes vágott savanyúság *(12), Alma	Karfiolleves mir. 4-6* [1,3,9], Sült hurka *4-6(1), Főtt burgonya 4-6, Párolt vöröskáposzta 1/2adag 4-6, Alma	Paradicsom leves 4-6[1], Rántott hal 4-6*[1,3,4], Párolt rizs 4-6*, Vegyes vágott savanyúság *(12)
		Energia: 472,34 Kcal / 1 974,38 KJ	Energia: 555,08 Kcal / 2 320,23 KJ	Energia: 509,95 Kcal / 2 131,59 KJ	Energia: 642,00 Kcal / 2 683,56 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav 29,42 g 13,46 g 3,01 g Szénhidrát Cukor Só 57,53 g 0,91 g 0,62 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 27,54 g 15,02 g 4,23 g Szénhidrát Cukor Só 74,64 g 1,10 g 1,56 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 20,19 g 17,68 g 4,11 g Szénhidrát Cukor Só 65,80 g 3,00 g 0,36 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 23,63 g 28,56 g 3,83 g Szénhidrát Cukor Só 70,23 g 19,86 g 1,04 g
Uzsonna	(00481) Gyermek (4-6 év)	TK kenyér *[1], Liga margarin(7), Csirkemell sonka*(1,6,7)	TK tejes kifli 50gr*[1,7], Krémtúrós vaníliás (Szatmári 90	TK kenyér *[1], Liga margarin(7), Párizsi* (1,6,7,10), Zöldpaprika*	TK kenyér *[1], Ráma classic*(7), Paradicsom*
		Energia: 212,43 Kcal / 887,96 KJ	Energia: 315,09 Kcal / 1 317,08 KJ	Energia: 235,50 Kcal / 984,39 KJ	Energia: 191,06 Kcal / 798,63 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav 7,02 g 7,89 g 2,30 g Szénhidrát Cukor Só 27,36 g 0,10 g 1,46 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 11,20 g 7,48 g 4,51 g Szénhidrát Cukor Só 49,88 g 18,31 g 0,62 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 6,28 g 11,14 g 2,96 g Szénhidrát Cukor Só 28,52 g 0,10 g 1,23 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



Greskó Istvánné
.....
élelmezésvezető



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök
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], Kenőmájas*(1,6,7,10), Uborka(kígyó)	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], Kakaós csiga*70 gr[1,7]	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], Margarinós pogácsa 70 gr*[1,3,7]
		Energia: 364,56 Kcal / 1 523,86 KJ	Energia: 356,43 Kcal / 1 489,88 KJ	Energia: 415,06 Kcal / 1 734,95 KJ	Energia: 341,22 Kcal / 1 426,30 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav 12,66 g 11,25 g 6,96 g Szénhidrát Cukor Só 51,69 g 9,65 g 1,62 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 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-sav 11,25 g 18,83 g 10,95 g Szénhidrát Cukor Só 54,24 g 19,42 g 0,85 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 11,95 g 10,43 g 6,05 g Szénhidrát Cukor Só 49,10 g 14,24 g 0,78 g
Ebéd	(00483) Gyermekek (7-10)	Tarhonyaleves 7-10[1,3], Tejfölös szárazbabfőz. 7- 10[1,7], Fokhagymás csirkemell 7-10, TK kenyér *[1]	Zöldbableves mir.7-10 [1,7], Sertés pörkölt isk 7- 10, Tészta köret (rövidcső)7-10[1,3], TK kenyér *[1], Vegyes vágott savanyúság *(12), Alma	Karfiolleves mir. isk7-10 [1,3,9], Sült hurka 7-10(1), Főtt burgonya7-10, Párolt vöröskáposzta 1/2adag 7-10, Alma	Paradicsom leves 7-10 [1], Rántott hal isk7-10* [1,3,4], Párolt rizs isk 7- 10, Vegyes vágott savanyúság *(12)
		Energia: 652,18 Kcal / 2 726,11 KJ	Energia: 689,96 Kcal / 2 884,03 KJ	Energia: 636,63 Kcal / 2 661,11 KJ	Energia: 786,46 Kcal / 3 287,40 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav 39,97 g 17,76 g 4,56 g Szénhidrát Cukor Só 81,77 g 2,59 g 1,03 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 33,72 g 21,31 g 5,69 g Szénhidrát Cukor Só 87,42 g 1,37 g 2,13 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 25,74 g 23,25 g 5,52 g Szénhidrát Cukor Só 78,96 g 4,00 g 0,55 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 28,22 g 34,90 g 4,52 g Szénhidrát Cukor Só 89,65 g 26,55 g 1,34 g
Uzsonna	(00483) Gyermekek (7-10)	TK kenyér *[1], Liga margarin(7), Csirkemell sonka*(1,6,7)	TK tejes kifli 50gr*[1,7], Krém túró vaníliás (Szatmári 90	TK kenyér *[1], Liga margarin(7), Párizsi* (1,6,7,10), Zöldpaprika*	TK kenyér *[1], Ráma classic*(7), Paradicsom*
		Energia: 318,65 Kcal / 1 331,96 KJ	Energia: 315,09 Kcal / 1 317,08 KJ	Energia: 350,31 Kcal / 1 464,30 KJ	Energia: 283,30 Kcal / 1 184,19 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav 10,53 g 11,83 g 3,45 g Szénhidrát Cukor Só 41,04 g 0,15 g 2,19 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 11,20 g 7,46 g 4,51 g Szénhidrát Cukor Só 49,88 g 16,31 g 0,62 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 9,24 g 16,66 g 4,44 g Szénhidrát Cukor Só 42,33 g 0,15 g 1,84 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 6,22 g 9,67 g 2,47 g Szénhidrát Cukor Só 42,00 g 0,15 g 1,24 g



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

Greskó Istvánné
.....
élelmezésvezető



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök
Tízórai	(00482) Gyermekek (11-14év)	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], Kenőmájas*(1,6,7,10), Uborka(kígyó)	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], Kakaós csiga*70 gr[1,7]	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz[7], Margarinos pogácsa 70 gr*[1,3,7]
		Energia: 413,99 Kcal / 1 730,48 KJ	Energia: 389,25 Kcal / 1 627,07 KJ	Energia: 415,06 Kcal / 1 734,95 KJ	Energia: 341,22 Kcal / 1 426,30 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav 13,78 g 13,01 g 8,02 g Szénhidrát Cukor Só 58,77 g 9,78 g 1,88 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 14,33 g 9,43 g 5,67 g Szénhidrát Cukor Só 58,11 g 9,38 g 2,11 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 11,25 g 18,83 g 10,95 g Szénhidrát Cukor Só 54,24 g 19,42 g 0,85 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 11,95 g 10,43 g 8,05 g Szénhidrát Cukor Só 49,10 g 14,24 g 0,78 g
Ebéd	(00482) Gyermekek (11-14év)	Tarhonyaleves 11-14 [1,3], Tejfölös szárazbabfőz. isk11-1 [1,7], Fokhagymás csirkemell 11-14, TK kenyér *[1]	Zöldbableves mir. 11-14 [1,7], Sertés pörkölt isk 11- 14, Tészta köret (rövidcső)11-14[1,3], TK kenyér *[1], Vegyes vágott savanyúság *(12), Alma	Karfiolleves mir. isk11-14 [1,3,9], Sült hurka 11-14 (1), Főtt burgonya 11-14, Párolt vöröskáposzta 1/2adag 11-14, Alma	Paradicsom leves 11-14 [1], Rántott hal isk11-14* [1,3,4], Párolt rizs isk 11- 14, Vegyes vágott savanyúság *(12)
		Energia: 738,09 Kcal / 3 085,22 KJ	Energia: 780,91 Kcal / 3 264,20 KJ	Energia: 688,37 Kcal / 2 877,39 KJ	Energia: 910,28 Kcal / 3 804,97 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav 44,90 g 21,70 g 5,03 g Szénhidrát Cukor Só 89,36 g 3,59 g 1,15 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 38,10 g 24,76 g 6,47 g Szénhidrát Cukor Só 97,65 g 1,51 g 2,16 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 28,37 g 24,54 g 5,93 g Szénhidrát Cukor Só 66,20 g 4,01 g 0,84 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 34,06 g 41,16 g 5,36 g Szénhidrát Cukor Só 100,62 g 30,53 g 1,57 g
Uzsonna	(00482) Gyermekek (11-14év)	TK kenyér *[1], Liga margarin(7), Csirkemell sonka*(1,6,7)	TK tejes kifli 50gr*[1,7], Krém túró vaníliás (Szt. Mári 90)	TK kenyér *[1], Liga margarin(7), Párizsi* (1,6,7,10), Zöldpaprika*	TK kenyér *[1], Ráma classic*(7), Paradicsom*
		Energia: 392,05 Kcal / 1 638,77 KJ	Energia: 315,09 Kcal / 1 317,08 KJ	Energia: 432,31 Kcal / 1 807,06 KJ	Energia: 342,73 Kcal / 1 432,81 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav 13,06 g 15,68 g 4,54 g Szénhidrát Cukor Só 47,93 g 0,18 g 2,72 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 11,20 g 7,46 g 4,51 g Szénhidrát Cukor Só 49,88 g 18,31 g 0,62 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 11,22 g 22,09 g 5,86 g Szénhidrát Cukor Só 49,35 g 0,18 g 2,28 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 7,22 g 12,78 g 3,23 g Szénhidrát Cukor Só 48,81 g 0,18 g 1,46 g



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

Greskó Istvánné
.....
élelmezésvezető



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök		
Ebéd	(00484) Gyermekek (15-18 év)	Tarhonyaleves *15-18 [1,3], Tejfölös szárazbabfőz. 15-18[1,7], Fokhagymás csirkemell *15-18, TK kenyér *[1]			Zöldbableves mir.*15-18 [1,7], Sertés pörkölt *15- 18, Tészta köret (rövidcső)15-18[1,3], Vegyes vágott savanyúság *(12), TK kenyér *[1], Alma			Karfioleves mir. *15-18 [1,3,9], Sült hurka *15-18 (1), Főtt burgonya *15-18, Párolt vöröskáposzta 1/2ad.15-, Alma			Paradicsom leves *15-18 [1], Rántott hal *15-18 [1,3,4], Párolt rizs *15-18, Vegyes vágott savanyúság *(12)		
		Energia: 892,51 Kcal / 3 730,89 KJ			Energia: 889,31 Kcal / 3 717,32 KJ			Energia: 796,03 Kcal / 3 327,41 KJ			Energia: 1 183,19 Kcal / 4 945,73 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav
		52,97 g	26,83 g	5,61 g	42,06 g	28,80 g	7,14 g	33,60 g	30,87 g	7,44 g	41,91 g	56,08 g	7,24 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
108,23 g	3,61 g	1,32 g	111,23 g	1,62 g	2,42 g	93,39 g	4,01 g	2,02 g	127,52 g	38,31 g	1,98 g		
		  			   			  			   		

Greskó Istvánné
.....
élelmezésvezető

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök
Ebéd	(00001) Normál (19-60)	Tarhonyaleves *[1,3], Tejfölös szárazbabfőz. * [1,7], Fokhagymás csirkemell *, TK kenyér * [1]	Zöldbableves mir.*[1,7], Sertés pörkölt *, Tészta köret(rövidcső)*[1,3], TK kenyér *[1], Vegyes vágott savanyúság *(12), Alma	Karfiolleves mir. *[1,3,9], Sült hurka *(1), Főtt burgonya *, Párolt vöröskáposzta 1/2adag *, Alma	Paradicsom leves *[1], Rántott hal *[1,3,4], Párolt rizs *, Vegyes vágott savanyúság *(12)
		Energia: 891,21 Kcal / 3 725,26 KJ	Energia: 893,08 Kcal / 3 733,07 KJ	Energia: 796,04 Kcal / 3 327,45 KJ	Energia: 1 183,19 Kcal / 4 945,73 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		52,94 g 28,83 g 5,61 g	43,10 g 28,73 g 7,24 g	33,60 g 30,87 g 7,44 g	41,91 g 56,08 g 7,24 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		107,98 g 3,60 g 1,38 g	111,25 g 1,61 g 2,43 g	93,39 g 4,01 g 0,74 g	127,52 g 38,31 g 1,98 g

Greskó Istvánné
.....
étellemezésvezető

