

Étlap (bölcsodések reggeli, tízórai, uzsonna)

2026.05.04 - 2026.05.10.

Hétfő 2026.05.04	Kedd 2026.05.05.	Szerda 2026.05.06.	Csütörtök 2026.05.07.	Péntek 2026.05.08.
Reggeli Tea, Baromfi májkrém, kenyér, Paradicsom (01,06.) E: 724(Kj) 173(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 39(g) Zsir: 5(g)Cuk: 6(g)Só:0,71(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 0(mg)	Vanília tej, kisbriós (07,01,03,) E:1 279(Kj) 306(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 43(g) Zsir: 9(g)Cuk: 10(g)Só:0,55(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 240(mg)	Tea Vajkrém, Kenyér, paradicsom (01,06,07,) E: 733(Kj) 175(KCal) F: 7(g)Kol: 11(g)Sz: 27(g) Zsir: 4(g)Cuk: 7(g)Só:0,56(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Tej, (07,) Gabonapehely (05,08,11,07,06,01,) E:1 213(Kj) 290(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 38(g) Zsir: 10(g)Cuk: 6(g)Só:0,35(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 240(mg)	Tea Virsli, kenyér, Ketchup (01,06,) E:1 043(Kj) 249(KCal) F: 9(g)Kol: 29(g)Sz: 30(g) Zsir: 11(g)Cuk: 10(g)Só:1,40(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 0(mg)
Tízórai Krémtúró (07,) E: 540(Kj) 129(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 21(g) Zsir: 2(g)Cuk: 17(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 1 200(mg)	Alma, Sajt (07,) E: 675(Kj) 161(KCal) F: 9(g)Kol: 32(g)Sz: 11(g) Zsir: 8(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 180(mg)	Joghurt (07,) E: 453(Kj) 108(KCal) F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 19(g) Zsir: 2(g)Cuk: 16(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 1 200(mg)	Alma, Sajt (07,) E: 675(Kj) 161(KCal) F: 9(g)Kol: 32(g)Sz: 11(g) Zsir: 8(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 180(mg)	Krémtúró (07,) E: 540(Kj) 129(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 21(g) Zsir: 2(g)Cuk: 17(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 1 200(mg)
Ebéd Lencsegulyás, (01,06,) Szilvás gombóc, (01,03,) E:1 811(Kj) 433(KCal) F: 21(g)Kol: 27(g)Sz: 57(g) Zsir: 12(g)Cuk: 0(g)Só:1,46(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Gyümölcsmártás (01,07,) Sült csirkecomb, E:1 030(Kj) 246(KCal) F: 9(g)Kol: 11(g)Sz: 37(g) Zsir: 5(g)Cuk: 19(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 30(mg)	Rakott karfiol (07,) E: 700(Kj) 168(KCal) F: 12(g)Kol: 27(g)Sz: 16(g) Zsir: 6(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 36(mg)	Borsós tokány (07,01,) Tészta köret (01,03,) E:1 275(Kj) 305(KCal) F: 19(g)Kol: 46(g)Sz: 44(g) Zsir: 5(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 14(mg)	Rántott sajt, Tartár mártás Bulgur köret (01,) E:3 607(Kj) 863(KCal) F: 26(g)Kol: 0(g)Sz: 78(g) Zsir: 41(g)Cuk: 0(g)Só:2,44(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)
Uzsonna Szendvics (01,06,07,) E: 743(Kj) 178(KCal) F: 52(g)Kol: 0(g)Sz: 28(g) Zsir: 8(g)Cuk: 2(g)Só:1,14(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 0(mg)	Fitt szilvás rácsos táska (01,03,) E:1 299(Kj) 311(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 38(g) Zsir: 15(g)Cuk: 11(g)Só:0,45(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Gyümölcsíz, Kenyér (01,06,) E: 883(Kj) 211(KCal) F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 44(g) Zsir: 1(g)Cuk: 25(g)Só:0,56(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Kifli, (01,07,06,) Sajt, (07,) E: 825(Kj) 197(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 31(g) Zsir: 5(g)Cuk: 2(g)Só:0,92(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Pizza (03,06,07,11,09,10,08,05,) E: 529(Kj) 127(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 19(g) Zsir: 3(g)Cuk: 0(g)Só:1,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)