

Heti étlap 2026.03.16. – 2026.03.22., 12. hét

		Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	(00124) Gyerek 15 évtől	Tej 3 dl ^[7] , Szalámis pizza ^[1,7,(3,6,12)]	Zabkása ^[7,(1)]	Citromos tea ^[12] , Rozskenyér ^[1,6] , Jégcsapretek, Sonkakrém ^[7]	Banán turmix ^[7] , Croissant ^[1,7]	Tej 3 dl ^[7] , Céklakrém ^[7] , Korpás kenyér ^[1] , Pritamin/kaliforniai	Tej 3 dl ^[7] , Gabonapehely 30 g ^[1,(5,6,7,8)]	Gyümölcsstea ^[12] , Bundás korpás kenyér ^[1,3]
Tízórai	(00124) Gyerek 15 évtől	Mandarin, Kaukázusi kefir 0,30 l ^[7]	Ráma Margarin, Tk. zsemle ^[1] , Uborka, Trappista sajt szeletelt ^[7]	Kefir db ^[7] , Alma, Gyümölcsös snack 20 g ^[6,7]	Narancs, Rizskorong ^[7]	Actimel ivójoghurt ^[7] , Perc 60 g	Gyümölcsrizs [3,7]	Kaukázusi kefir 0,30 l ^[7] , Mandarin
Ebéd	(00124) Gyerek 15 évtől	Bakonyi betyárleves ^[1,7,9] , Piskóta- kocka ^[1,3,6,7] , Csokoládé öntet ^[7,(1,12)] , Tk. kenyér ^[1]	Zöldséges tarhonya- leves ^[1,3,9] , Tökfőzelék ^[1,7] , Csirkepörkölt feltéttel, Tk. kenyér ^[1] , Banán	Csontleves eper- levéllel ^[1,9,(3,6,7,10)] , Főtt sertés szelet, Főtt burgonya ½, Meggy- mártás ^[7,(1,3,6,9,10,12)]	Karalábé krémleves ^[1,7] , Levesgyöngy ^[1,3,7] , Mézes mustáros csirkeragu ^[1,10] , Párolt rizs	Zöldséges fejtett babeleves ^[1,9] , Tejfölös öntet natúr ^[7] , Túrós metélt ^[1,7] , Cukor szórát, Körte	Gyümölcslé 0,2 l 100%, Nápolyi szelet ^[1,6,7,(3,5,8)] , Pásztor- tarhonya ^[1,3] , Céklasaláta ^[10]	Fokhagyma krémleves ^[1,5,7] , Levesgyöngy ^[1,3,7] , Sült burgonya, Cigánypecsenye ⁽¹⁾ , Csemege uborka ^[10] , Fánk töltött
Uzsonna	(00124) Gyerek 15 évtől	Ráma Margarin, Rozsos zsemle ^[1,6,(7)] , TV paprika, Csemege karaj ^(1,6,7)	Ökör- szem ^[1,7,(3,6,12)]	Paradicsom, Vajkrém magyaros ^[7] , Magvas zsemle ^[1]	Natúr joghurt ^[7] , Korpás stangli ^[1]	Rétes klf.	Ivójoghurt db ^[7,(1)] , Perc 60 g	Vaníliás krémtúró ^[7]
Vacsora	(00124) Gyerek 15 évtől	Görög húsgom- bóc ^[1,3,(6,7,8,11)] , Tzatziki saláta ^[7] , Jázmínrizs ½ adag	Lecsó darált hússal friss, Galuska köret mirelit ^[1,3]	Rántott sajt ^[1,7,(3,6,9,10,11)] , Francia- saláta ^[3,7,10] , Tk. zsemle ^[1]	Paradicsomos zöldbab ^[1] , Sült virsli, Tk. kenyér ^[1]	Citromos tea ^[12] , Paradicsom, Császárszemle ^[1] , Tömlőssajt 50 g	Citromos tea ^[12] , TV paprika, Párizsi baromfi, Ráma Margarin, Kukoricás kenyér ^[1]	Ráma Margarin, Kovászos kenyér ^[1] , TV paprika, Citromos tea ^[12] , Pulyka- sonka ^[6,7,(9,10)]