



Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Adószám: 15431356-2-19

Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Menü: Tejmentes Ó

17. hét (2025-04-21 - 2025-04-27)

Étlap

Korosztály: Óvodás (4-6 év)

Étkezés	Hétfő 2025.04.21.	Kedd 2025.04.22.	Szerda 2025.04.23.	Csütörtök 2025.04.24.	Péntek 2025.04.25.
Tízórai		párizsi sertés mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} lilahagyma Citromos tea normál	kenőmájás vizes zsemle {1} tv paprika Citromos tea normál	virslis mini mustár {10} vizes zsemle {1} Citromos tea normál	zala felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} tv paprika Citromos tea normál
Ebéd		Burgonyaleves {1, 12} Fejlettbabfőzelék TM {1} virslis vizes zsemle {1}	Olasz zöldségleves {9, 12} Sertés pörkölt Tárhonya {1, 3} vegyes vágott savanyúság	Hüsgombóc leves {1, 3, 9, 12} Kakaós kalács Tm. {1, 3}	Paradisomleves {1, 3, 9, 12} Köményes karaj szelet Főtt burgonya csemegeuborka
Uzsonna		olasz felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1}	vegyes virágméz mini mini margarin-10g-os vizes zsemle {1}	mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} uborka	mini margarin-10g-os íz sárgabarack mini vizes zsemle {1}

Életleni értékek összesítő	energia (Joule): 5595.3354 kJ energia (kalória): 1336.4238 kcal zsír: 46.8950 g szénhidrát: 176.0110 g cukor: 27.9730 g só: 7.3185 g kalcium: 133.5890 mg koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 44.6420 g tejkalcium: 0.2400 mg	energia (Joule): 5233.5097 kJ energia (kalória): 1250.0014 kcal zsír: 41.4440 g szénhidrát: 170.9210 g cukor: 48.7350 g só: 3.1480 g kalcium: 67.2840 mg koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 40.6450 g tejkalcium: 0.1200 mg	energia (Joule): 5506.8857 kJ energia (kalória): 1315.2963 kcal zsír: 40.5420 g szénhidrát: 192.0400 g cukor: 60.9800 g só: 5.2110 g kalcium: 94.8540 mg telített zsírsav: 0.1200 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 34.9530 g tejkalcium: 72.1200 mg	energia (Joule): 4595.2554 kJ energia (kalória): 1097.5573 kcal zsír: 30.4700 g szénhidrát: 167.5700 g cukor: 30.5750 g só: 3.8440 g kalcium: 66.2080 mg fehérje (össz): 38.7220 g tejkalcium: 0.2400 mg
----------------------------	--	---	--	--

- | | | | |
|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | | |

Intézményvezető

Dietetikus

Shakács

Előlemezésvezető



Étkezés	Hétfő 2025.04.21.	Kedd 2025.04.22.	Szerda 2025.04.23.	Csütörtök 2025.04.24.	Péntek 2025.04.25.
Tízórai		párizsi sertés mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} lilahagyma Citromos tea normál	kenőmájás vizes zsemle {1} tv paprika Citromos tea normál	virslis mini mustár {10} vizes zsemle {1} Citromos tea normál	zala felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} tv paprika Citromos tea normál
Ebéd		Burgonyaleves {1, 12} Fejlesztettbabfőzelék TM {1} virslis vizes zsemle {1}	Olaszos zöldségleves {9, 12} Sertés pörkölt Tárhonya {1, 3} vegyes vágott savanyúság	Húsgombóc leves {1, 3, 9, 12} Kakaós kalács Tm. {1, 3}	Paradisomleves {1, 3, 9, 12} Köményes karaj szelet Főtt burgonya csmegeuborka
Uzsonna		olasz felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1}	vegyes virágmez mini mini margarin-10g-os vizes zsemle {1}	mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} uborka	mini margarin-10g-os íz sárgabarack mini vizes zsemle {1}

Élettani értékek összeítve	energia (Joule): 5595.3354 kJ energia (kalória): 1336.4238 kcal zsír: 46.8950 g szénhidrát: 176.0110 g cukor: 27.9730 g só: 7.3185 g kalcium: 133.5890 mg koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 44.6420 g tejkalcium: 0.2400 mg	energia (Joule): 5233.5097 kJ energia (kalória): 1250.0014 kcal zsír: 41.4440 g szénhidrát: 170.9210 g cukor: 48.7350 g só: 3.1480 g kalcium: 67.2840 mg koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 40.6450 g tejkalcium: 0.1200 mg	energia (Joule): 5506.8857 kJ energia (kalória): 1315.2963 kcal zsír: 40.5420 g szénhidrát: 192.0400 g cukor: 60.9800 g só: 5.2110 g kalcium: 94.8540 mg telített zsír: 0.1200 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 34.9530 g tejkalcium: 72.1200 mg	energia (Joule): 4595.2554 kJ energia (kalória): 1097.5573 kcal zsír: 30.4700 g szénhidrát: 161.5700 g cukor: 30.5750 g só: 3.8440 g kalcium: 66.2080 mg fehérje (össz): 38.7220 g tejkalcium: 0.2400 mg
-------------------------------	--	---	---	--

- | | | | |
|--|---|--|--|
| 1 Glutént tartalmazó gabona és azokból készült termékek | 2 Rákfelék és azokból készült termékek | 3 Tojás és abból készült termékek | 4 Halak és azokból készült termékek |
| 5 Földimogyoró és abból készült termékek | 6 Szójabab és abból készült termékek | 7 Tej és abból készült termékek (bélterve a laktózt is) | 8 Diófélék és azokból készült termékek |
| 9 Zeller és abból készült termékek | 10 Mustár és abból készült termékek | 11 Szezám és abból készült termékek | 12 Kén-dioxid és SO2-ben kifejezett szulfitok |
| 13 Csillagfűrt és a belőle készült termékek | 14 Puhatestűek és a belőlük készült termékek | | |

Intézményvezető

Dietetikus

Szakács

Élelmezésvezető

Étlap

Korosztály: Óvodás (4-6 év)



Étkezés	Hétfő 2025.04.21.	Kedd 2025.04.22.	Szerda 2025.04.23.	Csütörtök 2025.04.24.	Péntek 2025.04.25.
Tízórai		- párizsi sertés - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1} - lilahagyma - Citromos tea normál	- kenőmájás - vizes zsemle {1} - tv paprika - Citromos tea normál	- virslis - mini mustár {10} - vizes zsemle {1} - Citromos tea normál	- zala felvágott - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1} - tv paprika - Citromos tea normál
Ebéd		- Burgonyaleves {1, 12} - Fejtettbabfőzelék TM {1} - virslis - vizes zsemle {1}	- Olaszos zöldségleves {9, 12} - Sertés pörkölt - Tarhonya {1, 3} - vegyes vágott savanyúság	- Húsgombóc leves {1, 3, 9, 12} - Kakaós kalács Tm. {1, 3}	- Paradisomleves {1, 3, 9, 12} - Köményes karaj szelet - Főtt burgonya - csemegeuborka
Uzsonna		- olasz felvágott - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1}	- vegyes virágméz mini - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1}	- mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1} - uborka	- mini margarin-10g-os - íz sárgabarack mini - vizes zsemle {1}
Élelmi értékek összesítve		energia (Joule): 5595.3354 kJ energia (kalória): 1336.4238 kcal zsír: 46.8950 g szénhidrát: 176.0110 g cukor: 27.9730 g só: 7.3185 g kalcium: 133.5890 mg koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 44.6420 g tejkalcium: 0.2400 mg	energia (Joule): 5233.5097 kJ energia (kalória): 1250.0014 kcal zsír: 41.4440 g szénhidrát: 170.9210 g cukor: 48.7350 g só: 3.1480 g kalcium: 67.2840 mg koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 40.6450 g tejkalcium: 0.1200 mg	energia (Joule): 5506.8857 kJ energia (kalória): 1315.2963 kcal zsír: 40.5420 g szénhidrát: 192.0400 g cukor: 60.9800 g só: 5.2110 g kalcium: 94.8540 mg telített zsírsav: 0.1200 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 34.9530 g tejkalcium: 72.1200 mg	energia (Joule): 4595.2554 kJ energia (kalória): 1097.5573 kcal zsír: 30.4700 g szénhidrát: 167.5700 g cukor: 30.5750 g só: 3.8440 g kalcium: 66.2080 mg fehérje (össz): 38.7220 g tejkalcium: 0.2400 mg

- | | | | |
|--|---|---|---|
| 1. Glutént tartalmazó gabona és azokból készült termékek | 2. Rákfélék és azokból készült termékek | 3. Tojás és abból készült termékek | 4. Halak és azokból készült termékek |
| 5. Földimogyoró és abból készült termékek | 6. Szójabab és abból készült termékek | 7. Tej és abból készült termékek (beleértve a laktózt is) | 8. Diófélék és azokból készült termékek |
| 9. Zeller és abból készült termékek | 10. Mustár és abból készült termékek | 11. Szezámmag és abból készült termékek | 12. Kén-dioxid és SO ₂ -ben kifejezett szulfitok |
| 13. Csillagfűrt és a belőle készült termékek | 14. Puhatestűek és a belőlük készült termékek | | |

Intézményvezető

Dietetikus

Szakács

Élelmezésvezető



Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Adószám: 15431356-2-19

Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Menü: Tej tojásmentes Ó

17. hét (2025-04-21 - 2025-04-27)

Étlap

Korosztály: Óvodás (4-6 év)

Étkezés	Hétfő 2025.04.21.	Kedd 2025.04.22.	Szerda 2025.04.23.	Csütörtök 2025.04.24.	Péntek 2025.04.25.
Tízórai		párizsi sertés mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} Citromos tea normál	kenőmájás vizes zsemle {1} tv paprika Citromos tea normál	virslis mini mustár {10} vizes zsemle {1} Citromos tea normál	zala felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} tv paprika Citromos tea normál
Ebéd		Burgonyaleves {1, 12} Fejlettbabfőzelék TM {1} virslis vizes zsemle {1}	Olaszos zöldségleves {9, 12} Sertés pörkölt Tarhonya GM vegyes vágott savanyúság	Hús-gombóc leves Tojásmentes {1, 9} Kakaós kalács Tm.-tojásmentes {1}	Paradisomleves Tojásmentes {1, 9} Köményes karaj szelet Főtt burgonya csmegeuborka
Uzsonna		olasz felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1}	vegyes virágméz mini mini margarin-10g-os vizes zsemle {1}	mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} üborka	mini margarin-10g-os íz sárgabarack mini vizes zsemle {1}

Élelmi értékek összesítő	energia (Joule): 5595.3354 kJ energia (kalória): 1336.4238 kcal zsír: 46.8950 g szénhidrát: 176.0110 g cukor: 27.9730 g só: 7.3185 g kalcium: 133.5890 mg koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 44.6420 g tej-kalcium: 0.2400 mg	energia (Joule): 5432.0137 kJ energia (kalória): 1297.4134 kcal zsír: 35.9400 g szénhidrát: 199.5170 g cukor: 49.7070 g só: 3.0440 g kalcium: 67.2840 mg telített zsírsav: 0.2400 g koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 36.8800 g tej-kalcium: 0.1200 mg	energia (Joule): 5768.6067 kJ energia (kalória): 1377.8073 kcal zsír: 42.5110 g szénhidrát: 191.7810 g cukor: 60.9530 g só: 5.2100 g kalcium: 88.6440 mg telített zsírsav: 0.1200 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 32.2950 g tej-kalcium: 72.1200 mg	energia (Joule): 4471.2244 kJ energia (kalória): 1067.9343 kcal zsír: 30.4920 g szénhidrát: 154.1220 g cukor: 24.7910 g só: 3.8300 g kalcium: 75.8700 mg fehérje (össz): 38.7290 g tej-kalcium: 0.2400 mg
-----------------------------	---	--	---	---

- | | | | |
|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | | |

Intézményvezető

Dietetikus

Szakács

Élelmiszervezető



Étkezés	Hétfő 2025.04.21.	Kedd 2025.04.22.	Szerda 2025.04.23.	Csütörtök 2025.04.24.	Péntek 2025.04.25.
Tízórai		- párizsi sertés - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1} - lilahagyma - Citromos tea normál	- kenőmájás - vizes zsemle {1} - tv paprika - Citromos tea normál	- virslí - mini mustár {10} - vizes zsemle {1} - Citromos tea normál	- zala felvágott - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1} - tv paprika - Citromos tea normál
Ébéd		- Burgonyaleves {1, 12} - Fejlettbabfőzelék TM {1} - virslí - vizes zsemle {1}	- Olasz zöldségleves {9, 12} - Sertés pörkölt - Tarhonya GM - vegyes vágott savanyúság	- Húsgombóc leves - Tojásmentes {1, 9} - Kakaós kalács - Tm.-tojásmentes {1}	- Paradisomleves Tojásmentes {1, 9} - Köményes karaj szelet - Főtt burgonya - csemegeuborka
Uzsonna		- olasz felvágott - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1}	- vegyes virágmez mini - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1}	- mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1} - uborka	- mini margarin-10g-os - íz sárgabarack mini - vizes zsemle {1}

Élettani értékek összesítve	energia (Joule): 5595.3354 kJ energia (kalória): 1336.4238 kcal zsír: 46.8950 g szénhidrát: 176.0110 g cukor: 27.9730 g só: 7.3185 g kalcium: 133.5890 mg koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 44.6420 g tejkalcium: 0.2400 mg	energia (Joule): 5432.0137 kJ energia (kalória): 1297.4134 kcal zsír: 35.9400 g szénhidrát: 199.5170 g cukor: 49.7070 g só: 3.0440 g kalcium: 67.2840 mg telített zsírsav: 0.2400 g koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 36.8800 g tejkalcium: 0.1200 mg	energia (Joule): 5768.6067 kJ energia (kalória): 1377.8073 kcal zsír: 42.5110 g szénhidrát: 191.7810 g cukor: 60.9530 g só: 5.2100 g kalcium: 88.6440 mg telített zsírsav: 0.1200 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 32.2950 g tejkalcium: 0.1200 mg	energia (Joule): 4471.2244 kJ energia (kalória): 1067.9343 kcal zsír: 30.4920 g szénhidrát: 154.1220 g cukor: 24.7910 g só: 3.8300 g kalcium: 75.8700 mg fehérje (össz): 38.7290 g tejkalcium: 0.2400 mg
-----------------------------	--	---	---	--

- | | | | |
|---|---|---|--|
| 1 Glutén tartalmú gabona és azokból készült termékek | 2 Rákfélék és azokból készült termékek | 3 Tojás és abból készült termékek | 4 Halak és azokból készült termékek |
| 5 Földimogyoró és abból készült termékek | 6 Szójabab és abból készült termékek | 7 Tej és abból készült termékek (beleértve a laktózt is) | 8 Diófélék és azokból készült termékek |
| 9 Zeller és abból készült termékek | 10 Mustár és abból készült termékek | 11 Szezám és abból készült termékek | 12 Kén-dioxid és SO2-ben kifejezett szulfitok |
| 13 Csillagfűrt és a belőle készült termékek | 14 Puhatestűek és a belőlük készült termékek | | |

Intézményvezető

Dietetikus

Szakács

Élelmezésvezető



Étkezés	Hétfő 2025.04.21.	Kedd 2025.04.22.	Szerda 2025.04.23.	Csütörtök 2025.04.24.	Péntek 2025.04.25.
Tízórai		- párizsi sertés - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1} - lilahagyma - gyümölcsös tea citrom nélkül	- kenőmájás - vizes zsemle {1} - tv paprika - gyümölcsös tea citrom nélkül	- virslis - mini mustár {10} - vizes zsemle {1} - gyümölcsös tea citrom nélkül	- zala felvágott - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1} - tv paprika - gyümölcsös tea citrom nélkül
Ebéd		- Burgonyaleves {11, 12} - Fejlettbabfőzelék TM {1} - virslis - vizes zsemle {1}	- Olaszos zöldségleves {9, 12} - Tavaszi sertés kocka - Tarhonya GM - vegyes vágott savanyúság	- Hüsgombóc leves - Tojásmentes {1, 9} - Kakaós kalács - Tm.-tojásmentes {1}	- Rántott leves {1} - Köményes karaj szelet - Főtt burgonya - csemegeuborka
Uzsonna		- olasz felvágott - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1}	- vegyes virágméz mini - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1}	- mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1} - uborka	- mini margarin-10g-os - íz sárgabarack mini - vizes zsemle {1}
Élettani értékek összesítve		energia (Joule): 5487.2544 kJ energia (kalória): 1310.6088 kcal zsír: 46.8650 g zsírsav: 21.8810 g szénhidrát: 169.8810 g cukor: 21.7020 g só: 7.3185 g kalcium: 133.1900 mg koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 44.5970 g tejkalcium: 0.2400 mg	energia (Joule): 5383.5807 kJ energia (kalória): 1285.8464 kcal zsír: 36.4300 g zsírsav: 24.9190 g szénhidrát: 194.4480 g cukor: 44.4610 g só: 3.2950 g kalcium: 67.9060 mg telített zsírsav: 0.2400 g koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 38.2890 g tejkalcium: 0.1200 mg	energia (Joule): 5660.5257 kJ energia (kalória): 1351.9923 kcal zsír: 42.5010 g zsírsav: 7.1550 g szénhidrát: 185.6510 g cukor: 54.6820 g só: 5.2100 g kalcium: 88.2450 mg telített zsírsav: 0.1200 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 32.2500 g tejkalcium: 0.2400 mg	energia (Joule): 4308.4464 kJ energia (kalória): 1029.0543 kcal zsír: 27.2130 g zsírsav: 14.0580 g szénhidrát: 152.0420 g cukor: 18.1050 g só: 3.7810 g kalcium: 47.1510 mg fehérje (össz): 38.0840 g tejkalcium: 0.2400 mg

- | | | | | | | | |
|----|---|----|--|----|--|----|--|
| 1 | Glutént tartalmazó gabona és azokból készült termékek | 2 | Rákfélék és azokból készült termékek | 3 | Tojás és abból készült termékek | 4 | Halak és azokból készült termékek |
| 5 | Földimogyoró és abból készült termékek | 6 | Szójabab és abból készült termékek | 7 | Tej és abból készült termékek (beleértve a laktózt is) | 8 | Diófélék és azokból készült termékek |
| 9 | Zeller és abból készült termékek | 10 | Mustár és abból készült termékek | 11 | Szezám és abból készült termékek | 12 | Kén-dioxid és SO2-ben kifejezett szulfitok |
| 13 | Csillagfűrt és a belőle készült termékek | 14 | Puhatestűk és a belőlük készült termékek | | | | |

Intézményvezető

Dietetikus

Szakács

Élelmezésvezető



Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Adószám: 15431356-2-19

Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Menü: Tojásmentes Ó

17. hét (2025-04-21 - 2025-04-27)

Étlap

Korosztály: Óvodás (4-6 év)

Étkezés	Hétfő 2025.04.21.	Kedd 2025.04.22.	Szerda 2025.04.23.	Csütörtök 2025.04.24.	Péntek 2025.04.25.
Tízórai		- párizsi sertés - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1} - liliahagyma - Citromos tea normál	- kenőmájás - vizes zsemle {1} - tv paprika - Citromos tea normál	- virslif - mini mustár {10} - vizes zsemle {1} - Citromos tea normál	- zala felvágott - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1} - tv paprika - Citromos tea normál
Ebéd		- Burgonyaleves {11, 12} - Fejtettbabfőzelék TM {1} - virslif - vizes zsemle {1}	- Olaszos zöldségleves {9}, {12} - Sertés pörkölt - Tarhonya GM - vegyes vágott savanyúság	- Húsgombóc leves - Tojásmentes {11, 9} - Kakaós kalács - Tm.-tojásmentes {1}	- Paradisomleves Tojásmentes {11, 9} - Köményes karaj szelet - Főtt burgonya - csemegeuborka
Uzsonna		- olasz felvágott - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1}	- vegyes virágmez mini - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1}	- mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1} - uborka	- mini margarin-10g-os - íz sárgabarack mini - vizes zsemle {1}
Élettani értékek összesítő		energia (Joule): 5595.3354 kJ energia (kalória): 1336.4238 kcal zsír: 46.8950 g szénhidrát: 176.0110 g cukor: 27.9730 g só: 7.3185 g kalcium: 133.5890 mg koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 44.6420 g tejkalcium: 0.2400 mg	energia (Joule): 5432.0137 kJ energia (kalória): 1297.4134 kcal zsír: 35.9400 g szénhidrát: 199.5170 g cukor: 49.7070 g só: 3.0440 g kalcium: 67.2840 mg telített zsírsav: 0.2400 g koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 36.8800 g tejkalcium: 0.1200 mg	energia (Joule): 5768.6067 kJ energia (kalória): 1377.8073 kcal zsír: 42.5110 g szénhidrát: 191.7810 g cukor: 60.9530 g só: 5.2100 g kalcium: 88.6440 mg telített zsírsav: 0.1200 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 32.2950 g tejkalcium: 72.1200 mg	energia (Joule): 4471.2244 kJ energia (kalória): 1067.9343 kcal zsír: 30.4920 g szénhidrát: 154.1220 g cukor: 24.7910 g só: 3.8300 g kalcium: 75.8700 mg fehérje (össz): 38.7290 g tejkalcium: 0.2400 mg

- | | | | |
|---|---|---|--|
| 1 Glutén tartalmazó gabona és azokból készült termékek | 2 Rákfélék és azokból készült termékek | 3 Tojás és abból készült termékek | 4 Halak és azokból készült termékek |
| 5 Földimogyoró és abból készült termékek | 6 Szójabab és abból készült termékek | 7 Tej és abból készült termékek (beleértve a laktózt is) | 8 Diófélék és azokból készült termékek |
| 9 Zeller és abból készült termékek | 10 Mustár és abból készült termékek | 11 Szezámmag és abból készült termékek | 12 Kén-dioxid és SO2-ben kifejezett szulfitok |
| 13 Csillagfűrt és a belőle készült termékek | 14 Puhatestűek és a belőlük készült termékek | | |

Intézményvezető

Dietetikus

Szakács

Élelmezésvezető



Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Adószám: 15431356-2-19

Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Menü: Szója-csirkehusmentes Ó

17. hét (2025-04-21 - 2025-04-27)

Étlap

Korosztály: Óvodás (4-6 év)

Étkezés	Hétfő 2025.04.21.	Kedd 2025.04.22.	Szerda 2025.04.23.	Csütörtök 2025.04.24.	Péntek 2025.04.25.
Tízórai		párizsi sertés mini margarin-10g-os vizes zsemle {1!} kukorica Citromos tea normál	kenőmájás vizes zsemle {1!} tv paprika Citromos tea normál	virsl mini mustár {10!} vizes zsemle {1!} Citromos tea normál	zala felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1!} tv paprika Citromos tea normál
Ebéd		Burgonyaleves {1!, 12!} Fejlettbabfőzelék TM {1!} virsl vizes zsemle {1!}	Olaszos zöldség leves {9!, 12!} Sertés pörkölt Tarhonya {1!, 3!} vegyes vágott savanyúság	Húsgombóc leves {1!, 3!, 9!, 12!} Kakaós kalács Tm. {1!, 3!}	Paradisomleves {1!, 3!, 9!, 12!} Köményes karaj szelet Főtt burgonya csemegeborka
Uzsonna		olasz felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1!}	vegyes virágméz mini mini margarin-10g-os vizes zsemle {1!}	mini margarin-10g-os vizes zsemle {1!} borka	mini margarin-10g-os íz sárgabarack mini vizes zsemle {1!}
Élettani értékek összesítve		energia (Joule): 5595.3354 kJ energia (kalória): 1336.4238 kcal zsír: 46.8950 g zsírsav: 21.8810 g szénhidrát: 178.0110 g cukor: 27.9730 g só: 7.3185 g kalcium: 133.5890 mg koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 44.6420 g tejkalcium: 0.2400 mg	energia (Joule): 5233.5097 kJ energia (kalória): 1250.0014 kcal zsír: 41.4440 g zsírsav: 18.3800 g szénhidrát: 170.9210 g cukor: 48.7350 g só: 3.1480 g kalcium: 67.2840 mg koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 40.6450 g tejkalcium: 0.1200 mg	energia (Joule): 6506.8857 kJ energia (kalória): 1315.2963 kcal zsír: 40.5420 g zsírsav: 5.1680 g szénhidrát: 192.0400 g cukor: 60.9800 g só: 5.2110 g kalcium: 94.8540 mg telített zsírsav: 0.1200 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 34.9530 g tejkalcium: 72.1200 mg	energia (Joule): 4595.2554 kJ energia (kalória): 1097.5573 kcal zsír: 30.4700 g zsírsav: 16.7590 g szénhidrát: 161.5700 g cukor: 30.5750 g só: 3.8440 g kalcium: 66.2080 mg fehérje (össz): 38.7220 g tejkalcium: 0.2400 mg

- | | | | |
|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | | |

Intézményvezető

Dietetikus

Szakács

Élelmezésvezető



Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Adószám: 15431356-2-19

Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Menü: **Mogyorómentes ó**

17. hét (2025-04-21 - 2025-04-27)

Étlap

Korosztály: Óvodás (4-6 év)

Étkezés	Hétfő 2025.04.21.	Kedd 2025.04.22.	Szerda 2025.04.23.	Csütörtök 2025.04.24.	Péntek 2025.04.25.
Tízórai		- párizsi serles - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1} - lilahagyma - Citromos tea normál	- kenőmájás - vizes zsemle {1} - tv paprika - Citromos tea normál	- virsl - mini mustár {1} - vizes zsemle {1} - Citromos tea normál	- zala felvágott - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1} - tv paprika - Citromos tea normál
Ebéd		- Burgonyaleves {1, 12} - Fejtettbabfőzelék TM {1} - virsl - vizes zsemle {1}	- Olaszos zöldségleves {9, 12} - Sertés pörkölt - Tarhonya {1, 3} - vegyes vágott savanyúság	- Hüsgombóc leves {1, 3, 9, 12} - Kakaós kalács Tm. {1, 3}	- Paradicsomleves {1, 3, 9, 12} - Köményes karaj szelet - Főtt burgonya - csemegeborka
Uzsonna		- olasz felvágott - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1}	- vegyes virágméz mini - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1}	- mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1} - uborka	- mini margarin-10g-os - íz sárgabarack mini - vizes zsemle {1}
Életrai értékek összesítő		energia (Joule): 5595.3354 kJ energia (kalória): 1336.4238 kcal zsír: 46.8950 g zsírsav: 21.8810 g szénhidrát: 176.0110 g cukor: 27.9730 g só: 7.3185 g kalcium: 133.5690 mg koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 44.6420 g tejkalcium: 0.2400 mg	energia (Joule): 5233.5097 kJ energia (kalória): 1250.0014 kcal zsír: 41.4440 g zsírsav: 18.3800 g szénhidrát: 170.9210 g cukor: 48.7350 g só: 3.1480 g kalcium: 67.2840 mg koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 40.6450 g tejkalcium: 0.1200 mg	energia (Joule): 5506.8857 kJ energia (kalória): 1315.2963 kcal zsír: 40.5420 g zsírsav: 5.1680 g szénhidrát: 192.0400 g cukor: 60.9800 g só: 5.2110 g kalcium: 94.8540 mg telített zsírsav: 0.1200 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 34.9530 g tejkalcium: 72.1200 mg	energia (Joule): 4595.2554 kJ energia (kalória): 1097.5573 kcal zsír: 30.4700 g zsírsav: 16.7590 g szénhidrát: 161.5700 g cukor: 30.5750 g só: 3.8440 g kalcium: 66.2080 mg fehérje (össz): 38.7220 g tejkalcium: 0.2400 mg

- | | | | |
|---|---|---|--|
| 1. Glutén tartalmazó gabona és azokból készült termékek | 2. Rákfélék és azokból készült termékek | 3. Tojás és abból készült termékek | 4. Halak és azokból készült termékek |
| 5. Földimogyoró és abból készült termékek | 6. Szójabab és abból készült termékek | 7. Tej és abból készült termékek (beleértve a laktózt is) | 8. Diófélék és azokból készült termékek |
| 9. Zeller és abból készült termékek | 10. Mustár és abból készült termékek | 11. Szezámmag és abból készült termékek | 12. Kén-dioxid és SO2-ben kifejezett szulfitok |
| 13. Csillagfűrt és a belőle készült termékek | 14. Puhatestűek és a belőlük készült termékek | | |

Intézményvezető

Dietetikus

Szakács

Élelmezésvezető



Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Adószám: 15431356-2-19

Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Menü: **Mogyró-dió-banánmentes**

17. hét (2025-04-21 - 2025-04-27)

Étlap

Korosztály: Óvodás (4-6 év)

Étkezés	Hétfő 2025.04.21.	Kedd 2025.04.22.	Szerda 2025.04.23.	Csütörtök 2025.04.24.	Péntek 2025.04.25.
Tízórai	- párizsi sertés - energia (Joule): 276.000 kJ; energia (kalória): 66.922 kcal; zsír: 5.400 g; szénhidrát: 0.080 g; só: 0.055 g; kalcium: 3.670 g - mini margarin-10g-os - energia (Joule): 30.857 kJ; energia (kalória): 7.370 kcal; zsír: 0.700 g; szénhidrát: 0.002 g; só: 0.010 g; kalcium: 0.120 mg; fehérje (össz): 0.003 g; tejkalcium: 0.120 mg - vizes zsemle {1f} - energia (Joule): 456.100 kJ; energia (kalória): 109.860 kcal; zsír: 0.832 g; szénhidrát: 21.266 g; só: 0.780 g; kalcium: 3.640 g	- párizsi sertés - energia (Joule): 265.700 kJ; energia (kalória): 64.511 kcal; zsír: 6.310 g; szénhidrát: 0.080 g; só: 0.055 g; kalcium: 3.700 mg - mini margarin-10g-os - energia (Joule): 30.857 kJ; energia (kalória): 7.370 kcal; zsír: 0.700 g; szénhidrát: 0.002 g; só: 0.010 g; kalcium: 0.120 mg; fehérje (össz): 0.003 g; tejkalcium: 0.120 mg - vizes zsemle {1f} - energia (Joule): 456.100 kJ; energia (kalória): 109.860 kcal; zsír: 0.832 g; szénhidrát: 21.266 g; só: 0.780 g; kalcium: 3.640 g	- kenőmájás - energia (Joule): 265.700 kJ; energia (kalória): 64.511 kcal; zsír: 6.310 g; szénhidrát: 0.080 g; só: 0.055 g; kalcium: 3.700 mg - mini margarin-10g-os - energia (Joule): 30.857 kJ; energia (kalória): 7.370 kcal; zsír: 0.700 g; szénhidrát: 0.002 g; só: 0.010 g; kalcium: 0.120 mg; fehérje (össz): 0.003 g; tejkalcium: 0.120 mg - vizes zsemle {1f} - energia (Joule): 456.100 kJ; energia (kalória): 109.860 kcal; zsír: 0.832 g; szénhidrát: 21.266 g; só: 0.780 g; kalcium: 3.640 g	- virsl - energia (Joule): 265.700 kJ; energia (kalória): 64.511 kcal; zsír: 6.310 g; szénhidrát: 0.080 g; só: 0.055 g; kalcium: 3.700 mg - mini margarin-10g-os - energia (Joule): 30.857 kJ; energia (kalória): 7.370 kcal; zsír: 0.700 g; szénhidrát: 0.002 g; só: 0.010 g; kalcium: 0.120 mg; fehérje (össz): 0.003 g; tejkalcium: 0.120 mg - vizes zsemle {1f} - energia (Joule): 456.100 kJ; energia (kalória): 109.860 kcal; zsír: 0.832 g; szénhidrát: 21.266 g; só: 0.780 g; kalcium: 3.640 g	- zala felvágott - energia (Joule): 265.700 kJ; energia (kalória): 64.511 kcal; zsír: 6.310 g; szénhidrát: 0.080 g; só: 0.055 g; kalcium: 3.700 mg - mini margarin-10g-os - energia (Joule): 30.857 kJ; energia (kalória): 7.370 kcal; zsír: 0.700 g; szénhidrát: 0.002 g; só: 0.010 g; kalcium: 0.120 mg; fehérje (össz): 0.003 g; tejkalcium: 0.120 mg - vizes zsemle {1f} - energia (Joule): 456.100 kJ; energia (kalória): 109.860 kcal; zsír: 0.832 g; szénhidrát: 21.266 g; só: 0.780 g; kalcium: 3.640 g
Ebéd	- Burgonyaleves {1f, 12f} - energia (Joule): 825.268 kJ; energia (kalória): 197.142 kcal; zsír: 3.401 g; szénhidrát: 2.853 g; szénhidrát: 18.057 g; cukor: 0.949 g; só: 0.030 g - Fejlesztéskészlet TM {1f} - energia (Joule): 1574.758 kJ; energia (kalória): 378.112 kcal; zsír: 12.472 g; szénhidrát: 10.859 g; szénhidrát: 49.273 g; cukor: 0.281 g; só: 0.081 g; kalcium: 114.400 mg; fehérje (össz): 13.601 g - virsl - energia (Joule): 456.100 kJ; energia (kalória): 109.860 kcal; zsír: 0.832 g; szénhidrát: 21.266 g; só: 0.780 g; kalcium: 3.640 g	- Olaszos zöldségleves {9f, 12f} - energia (Joule): 825.268 kJ; energia (kalória): 197.142 kcal; zsír: 3.401 g; szénhidrát: 2.853 g; szénhidrát: 18.057 g; cukor: 0.949 g; só: 0.030 g - Fejlesztéskészlet TM {1f} - energia (Joule): 1574.758 kJ; energia (kalória): 378.112 kcal; zsír: 12.472 g; szénhidrát: 10.859 g; szénhidrát: 49.273 g; cukor: 0.281 g; só: 0.081 g; kalcium: 114.400 mg; fehérje (össz): 13.601 g - virsl - energia (Joule): 456.100 kJ; energia (kalória): 109.860 kcal; zsír: 0.832 g; szénhidrát: 21.266 g; só: 0.780 g; kalcium: 3.640 g	- Olaszos zöldségleves {9f, 12f} - energia (Joule): 825.268 kJ; energia (kalória): 197.142 kcal; zsír: 3.401 g; szénhidrát: 2.853 g; szénhidrát: 18.057 g; cukor: 0.949 g; só: 0.030 g - Fejlesztéskészlet TM {1f} - energia (Joule): 1574.758 kJ; energia (kalória): 378.112 kcal; zsír: 12.472 g; szénhidrát: 10.859 g; szénhidrát: 49.273 g; cukor: 0.281 g; só: 0.081 g; kalcium: 114.400 mg; fehérje (össz): 13.601 g - virsl - energia (Joule): 456.100 kJ; energia (kalória): 109.860 kcal; zsír: 0.832 g; szénhidrát: 21.266 g; só: 0.780 g; kalcium: 3.640 g	- Húsgombóc leves {1f, 3f, 9f, 12f} - energia (Joule): 501.709 kJ; energia (kalória): 118.831 kcal; zsír: 6.268 g; szénhidrát: 3.205 g; szénhidrát: 7.124 g; cukor: 1.307 g; só: 0.478 g; kalcium: 11.580 mg; fehérje (össz): 8.205 g - Kakaós kalács Tm. {1f, 3f} - energia (Joule): 2987.574 kJ; energia (kalória): 712.375 kcal; zsír: 10.174 g; szénhidrát: 1.869 g; szénhidrát: 116.735 g; cukor: 35.426 g; só: 0.182 g; kalcium: 1.710 mg; fehérje (össz): 0.120 g; kalcium: 11.580 g; kalcium: 72.000 mg	- Paradisomleves {1f, 3f, 9f, 12f} - energia (Joule): 501.709 kJ; energia (kalória): 118.831 kcal; zsír: 6.268 g; szénhidrát: 3.205 g; szénhidrát: 7.124 g; cukor: 1.307 g; só: 0.478 g; kalcium: 11.580 mg; fehérje (össz): 8.205 g - Kakaós kalács Tm. {1f, 3f} - energia (Joule): 2987.574 kJ; energia (kalória): 712.375 kcal; zsír: 10.174 g; szénhidrát: 1.869 g; szénhidrát: 116.735 g; cukor: 35.426 g; só: 0.182 g; kalcium: 1.710 mg; fehérje (össz): 0.120 g; kalcium: 11.580 g; kalcium: 72.000 mg
Uzsonna	- olasz felvágott - energia (Joule): 419.700 kJ; energia (kalória): 100.244 kcal; zsír: 0.240 g; szénhidrát: 0.002 g; só: 0.002 g; kalcium: 6.160 g - mini margarin-10g-os - energia (Joule): 30.857 kJ; energia (kalória): 7.370 kcal; zsír: 0.700 g; szénhidrát: 0.002 g; só: 0.010 g; kalcium: 0.120 mg; fehérje (össz): 0.003 g; tejkalcium: 0.120 mg - vizes zsemle {1f} - energia (Joule): 456.100 kJ; energia (kalória): 109.860 kcal; zsír: 0.832 g; szénhidrát: 21.266 g; só: 0.780 g; kalcium: 3.640 g	- olasz felvágott - energia (Joule): 419.700 kJ; energia (kalória): 100.244 kcal; zsír: 0.240 g; szénhidrát: 0.002 g; só: 0.002 g; kalcium: 6.160 g - mini margarin-10g-os - energia (Joule): 30.857 kJ; energia (kalória): 7.370 kcal; zsír: 0.700 g; szénhidrát: 0.002 g; só: 0.010 g; kalcium: 0.120 mg; fehérje (össz): 0.003 g; tejkalcium: 0.120 mg - vizes zsemle {1f} - energia (Joule): 456.100 kJ; energia (kalória): 109.860 kcal; zsír: 0.832 g; szénhidrát: 21.266 g; só: 0.780 g; kalcium: 3.640 g	- vegyes virágméz mini - energia (Joule): 419.700 kJ; energia (kalória): 100.244 kcal; zsír: 0.240 g; szénhidrát: 0.002 g; só: 0.002 g; kalcium: 6.160 g - mini margarin-10g-os - energia (Joule): 30.857 kJ; energia (kalória): 7.370 kcal; zsír: 0.700 g; szénhidrát: 0.002 g; só: 0.010 g; kalcium: 0.120 mg; fehérje (össz): 0.003 g; tejkalcium: 0.120 mg - vizes zsemle {1f} - energia (Joule): 456.100 kJ; energia (kalória): 109.860 kcal; zsír: 0.832 g; szénhidrát: 21.266 g; só: 0.780 g; kalcium: 3.640 g	- mini margarin-10g-os - energia (Joule): 30.857 kJ; energia (kalória): 7.370 kcal; zsír: 0.700 g; szénhidrát: 0.002 g; só: 0.010 g; kalcium: 0.120 mg; fehérje (össz): 0.003 g; tejkalcium: 0.120 mg - vizes zsemle {1f} - energia (Joule): 456.100 kJ; energia (kalória): 109.860 kcal; zsír: 0.832 g; szénhidrát: 21.266 g; só: 0.780 g; kalcium: 3.640 g	- mini margarin-10g-os - energia (Joule): 30.857 kJ; energia (kalória): 7.370 kcal; zsír: 0.700 g; szénhidrát: 0.002 g; só: 0.010 g; kalcium: 0.120 mg; fehérje (össz): 0.003 g; tejkalcium: 0.120 mg - vizes zsemle {1f} - energia (Joule): 456.100 kJ; energia (kalória): 109.860 kcal; zsír: 0.832 g; szénhidrát: 21.266 g; só: 0.780 g; kalcium: 3.640 g
Élettani értékek összesítve	energia (Joule): 5595.3354 kJ energia (kalória): 1336.4238 kcal zsír: 46.8950 g szénhidrát: 176.0110 g cukor: 27.9730 g só: 7.3185 g kálcium: 133.5890 mg koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 44.6420 g tejkalcium: 0.2400 mg	energia (Joule): 5233.5097 kJ energia (kalória): 1250.0014 kcal zsír: 41.4440 g szénhidrát: 170.9210 g cukor: 48.7350 g só: 3.1480 g kálcium: 67.2840 mg koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 40.6450 g tejkalcium: 0.1200 mg	energia (Joule): 5506.8857 kJ energia (kalória): 1315.2963 kcal zsír: 40.5420 g szénhidrát: 192.0400 g cukor: 60.9800 g só: 5.2110 g kálcium: 94.8540 mg telített zsírsav: 0.1200 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 34.9530 g tejkalcium: 72.1200 mg	energia (Joule): 4595.2554 kJ energia (kalória): 1097.5573 kcal zsír: 30.4700 g szénhidrát: 161.5700 g cukor: 30.5750 g só: 3.8440 g kálcium: 66.2080 mg fehérje (össz): 38.7220 g tejkalcium: 0.2400 mg	

1. Glutén tartalmazó gabona és azokból készült termékek	2. Rákéfék és azokból készült termékek	3. Tojás és abból készült termékek	4. Halak és azokból készült termékek
5. Földimogyoró és abból készült termékek	6. Szójabab és abból készült termékek	7. Tej és abból készült termékek (beleértve a laktóz is)	8. Diófélék és azokból készült termékek
9. Zeller és abból készült termékek	10. Mustár és abból készült termékek	11. Szezámag és abból készült termékek	12. Kén-dioxid és SO2-ben kifejezett szulfitok
13. Csillagfürt és a belőle készült termékek	14. Puhatestűek és a belőlük készült termékek		

Intézményvezető

Dietetikus

Szakács

Élelmezésvezető



Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Adószám: 15431356-2-19

Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Menü: Diabetikus Ó

17. hét (2025-04-21 - 2025-04-27)

Étlap

Korosztály: Óvodás (4-6 év)

Étkezés	Hétfő 2025.04.21.	Kedd 2025.04.22.	Szerda 2025.04.23.	Csütörtök 2025.04.24.	Péntek 2025.04.25.
Tízórai		- párizsi sertés - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1} - lilahagyma - Citromos tea Diab.	- kenőmáj - vizes zsemle {1} - tv paprika - Citromos tea Diab.	- virsl - mini mustár {10} - vizes zsemle {1} - Citromos tea Diab.	- zala felvágott - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1} - tv paprika - Citromos tea Diab.
Ebéd		- Burgonyaleves diab. ó. {1}, {3}, {9}, {12} - Fejlettbabfőzelék diab. ó {1} - virsl	- Zöldségleves diab. P {9} - Sertés pörkölt diab. ó - Tarhonya diab. ó {1}, {3}	- Húsgombóc leves diab. ó {1}, {3}, {9} - Párolt hús diab. P - Sárgarépa-főzelék {1}	- Paradisomleves diab. P {1}, {3}, {9} - Köményes karaj szelet diab. ó - Főtt burgonya diab. ó
Uzsonna		- olasz felvágott - mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1}	- mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1}	- mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1} - uborka	- mini margarin-10g-os - vizes zsemle {1}

Élettani értékek összesítő	energia (Joule): 2819.6624 kJ energia (kalória): 673.4659 kcal zsír: 40.6390 g zsírsav: 18.2580 g szénhidrát: 47.7710 g cukor: 3.6260 g só: 5.7565 g kalcium: 46.1450 mg koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 25.2210 g tejkalcium: 0.2400 mg	energia (Joule): 2845.8827 kJ energia (kalória): 679.7269 kcal zsír: 37.2120 g zsírsav: 29.2030 g szénhidrát: 49.4580 g cukor: 1.7270 g só: 1.9180 g kalcium: 9.6590 mg koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 19.5250 g tejkalcium: 0.1200 mg	energia (Joule): 4231.2057 kJ energia (kalória): 1010.6059 kcal zsír: 39.9370 g zsírsav: 11.8620 g szénhidrát: 43.8950 g cukor: 13.2840 g só: 4.5690 g kalcium: 41.7150 mg koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 45.7300 g tejkalcium: 0.1200 mg	energia (Joule): 1870.2324 kJ energia (kalória): 446.6970 kcal zsír: 17.6910 g zsírsav: 11.2040 g szénhidrát: 49.6240 g cukor: 0.3650 g só: 2.0470 g kalcium: 22.6040 mg fehérje (össz): 19.8230 g tejkalcium: 0.2400 mg
----------------------------	--	---	--	---

- 1 Glutént tartalmazó gabona és az ezekből készült termékek
- 5 Földimogyoró és abból készült termékek
- 9 Zeller és abból készült termékek
- 13 Csillagfűrt és a belőle készült termékek

- 2 Rákfélék és az ezekből készült termékek
- 6 Szójabab és abból készült termékek
- 10 Mustár és abból készült termékek
- 14 Puhatestűek és a belőlük készült termékek

- 3 Tojás és abból készült termékek
- 7 Tej és abból készült termékek (beleértve a laktózt is)
- 11 Szezámmag és abból készült termékek

- 4 Halak és az ezekből készült termékek
- 8 Diófélék és az ezekből készült termékek
- 12 Kén-dioxid és SO2-ben kifejezett szulfitok

Intézményvezető

Dietetikus

Shakács

Élelmézésvezető



Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Adószám: 15431356-2-19

Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Menü: **Gluténmentes Ó**

17. hét (2025-04-21 - 2025-04-27)

Étlap

Korosztály: Óvodás (4-6 év)

Étkezés	Hétfő 2025.04.21	Kedd 2025.04.22	Szerda 2025.04.23	Csütörtök 2025.04.24	Péntek 2025.04.25
Tízórai	- párizsi sertés - mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - liliahagyma - Citromos tea normál	- kenőmájás - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - tv paprika - Citromos tea normál	- virsl - mini mustár (10l) - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - Citromos tea normál	- zala felvágott - mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - tv paprika - Citromos tea normál	
Ebéd	- Burgonyaleves GM - Fejlesztőbábfőzelék TM-GM - virsl - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék	- Burgonyaleves GM - Fejlesztőbábfőzelék TM-GM - virsl - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék	- Olaszos zöldségleves {9l, 12l} - Sertés pörkölt - Tarhonya GM - vegyes vágott savanyúság	- Húscombóc leves GM {3l, 9l} - Kakaós kalács Tm.-gluténm. {3l}	- Paradisomleves {9l} - Köményes karaj szelet - Főtt burgonya - csemegeuborka
Uzsonna	- olasz felvágott - mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék	- olasz felvágott - mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék	- vegyes virágmez mini - mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék	- mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - uborka	- mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék - lz sárgabarack mini
Életleni értékek összesítve	energia (Joule): 4992.4554 kJ energia (kalória): 1192.4273 kcal zsír: 44.6750 g szénhidrát: 333.8740 g cukor: 44.4750 g só: 5.2545 g kalcium: 128.4050 mg telített zsírsav: 0.1230 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 35.4950 g tejalkalcium: 0.2400 mg	energia (Joule): 5386.8057 kJ energia (kalória): 1286.6164 kcal zsír: 34.6880 g szénhidrát: 310.6190 g cukor: 59.5650 g só: 1.5440 g kalcium: 68.6280 mg telített zsírsav: 0.3140 g koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 33.0060 g tejalkalcium: 0.1200 mg	energia (Joule): 4809.0087 kJ energia (kalória): 1148.6123 kcal zsír: 42.9050 g szénhidrát: 315.5620 g cukor: 76.6610 g só: 3.8240 g kalcium: 98.8680 mg telített zsírsav: 0.2370 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 24.7690 g tejalkalcium: 0.1200 mg	energia (Joule): 4388.8764 kJ energia (kalória): 1048.2663 kcal zsír: 29.1140 g szénhidrát: 268.7050 g cukor: 34.9910 g só: 2.2410 g kalcium: 70.0140 mg telített zsírsav: 0.0890 g fehérje (össz): 34.1500 g tejalkalcium: 0.2400 mg	energia (Joule): 4388.8764 kJ energia (kalória): 1048.2663 kcal zsír: 29.1140 g szénhidrát: 268.7050 g cukor: 34.9910 g só: 2.2410 g kalcium: 70.0140 mg telített zsírsav: 0.0890 g fehérje (össz): 34.1500 g tejalkalcium: 0.2400 mg

1 Glutén tartalmazó gabona és azokból készült termékek 2 Ráktől védő és azokból készült termékek 3 Tojás és abból készült termékek 4 Halak és azokból készült termékek

5  Földimogyoró és abból készült termékek

9  Zeller és abból készült termékek

13  Csillagfürt és a belőle készült termékek

6  Szójabab és abból készült termékek

10  Mustár és abból készült termékek

14  Puhatestűek és a belőlük készült termékek

7  Tej és abból készült termékek (beleértve a laktózt is)

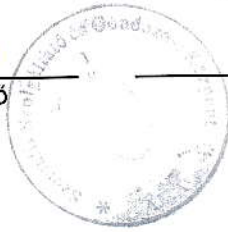
11  Szezám és abból készült termékek

8  Diófélék és azokból készült termékek

12  Kén-dioxid és SO₂-ben kifejezett szulfitok



Intézményvezető





Dietetikus



Szakács



Élelmezésvezető



Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Adószám: 15431356-2-19

Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Menü: **Tej gluténmentes Ó**

17. hét (2025-04-21 - 2025-04-27)

Étlap

Korosztály: Óvodás (4-6 év)

Étkezés	Hétfő 2025.04.21.	Kedd 2025.04.22.	Szerda 2025.04.23.	Csütörtök 2025.04.24.	Péntek 2025.04.25.
Tízórai	· párizsi sertés · mini margarin-10g-os · Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék · lilahagyma · Citromos tea normál	· kenőmájás · Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék · tv paprika · Citromos tea normál	· virsl · mini mustár (10l) · Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék · Citromos tea normál	· zala felvágott · mini margarin-10g-os · Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék · tv paprika · Citromos tea normál	
Ebéd	· Burgonyaleves GM · Fejlesztbafőzelék TM-GM · virsl · Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék	· Olaszos zöldségleves (9l, 12l) · Sertés pörkölt · Tarhonya GM · vegyes vágott savanyúság	· Húscombóc leves GM (3l, 9l) · Kakás kalács Tm-gluténm. {3l}	· Paradicsomleves (9l) · Köményes karaj szelet · Főtt burgonya · csemegeuborka	
Uzsonna	· olasz felvágott · mini margarin-10g-os · Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék	· vegyes virágméz mini · mini margarin-10g-os · Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék	· mini margarin-10g-os · Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék · uborka	· mini margarin-10g-os · Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpor - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék · lz sárgabarack mini	
Életlani értékek összesítve	energia (Joule): 4992.4554 kJ energia (kalória): 1192.4273 kcal zsír: 44.6750 g szénhidrát: 333.8740 g cukor: 44.4750 g só: 5.2545 g kalcium: 128.4050 mg telített zsírsav: 0.1230 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 35.4950 g tejkalcium: 0.2400 mg	energia (Joule): 5386.8057 kJ energia (kalória): 1286.6164 kcal zsír: 34.6880 g szénhidrát: 22.1780 g cukor: 59.5650 g só: 1.5440 g kalcium: 68.6280 mg telített zsírsav: 0.3140 g koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 33.0060 g tejkalcium: 0.1200 mg	energia (Joule): 4809.0087 kJ energia (kalória): 1148.6123 kcal zsír: 42.9050 g szénhidrát: 315.5620 g cukor: 76.6610 g só: 3.8240 g kalcium: 98.8680 mg telített zsírsav: 0.2370 g koleszterin: 43.2000 mg fehérje (össz): 24.7690 g tejkalcium: 72.1200 mg	energia (Joule): 4388.8764 kJ energia (kalória): 1048.2663 kcal zsír: 29.1140 g szénhidrát: 16.7590 g cukor: 288.7050 g cukor: 34.9910 g só: 2.2410 g kalcium: 70.0140 mg telített zsírsav: 0.0890 g fehérje (össz): 34.1500 g tejkalcium: 0.2400 mg	

1 Glutén tartalmú gabona és azokból készült termékek

2 Rákkétfélék és azokból készült termékek

3 Tojás és abból készült termékek

4 Halak és azokból készült termékek

- 5  Földimogyoró és abból készült termékek
- 9  Zeller és abból készült termékek
- 13  Csillagfűrt és a belőle készült termékek

- 6  Szójabab és abból készült termékek
- 10  Mustár és abból készült termékek
- 14  Puhatestűek és a belőlük készült termékek

- 7  Tej és abból készült termékek (beleértve a laktózt is)
- 11  Szezám és abból készült termékek

- 8  Diófélék és azokból készült termékek
- 12  Kén-dioxid és SO₂-ben kifejezett szulfitok


Intézményvezető


Dietétikus


Szakács


Élelmezésvezető