

Szent Imre Kat.Gím.Két.Tan.Ny.Ált.Isk,Óvoda és AMI										Étlap																				Repeta Win Szoftver										38.hét																			
ÁLT.I.(7-10)-A										2026.09.14 - 2026.09.18																																																	
HÉTFŐ										KEDD										SZERDA										CSÜTÖRTÖK										PÉNTEK																			
T	Delma - joghurtos(7) Kal: 27 F: 0g Zs: 3g Szh: 0g So:0,1g Tzs:0,9g C:0,0g Kenyér tk.(1-7-6) Kal:150 F: 5g Zs: 1g Szh:32g So:0,8g Tzs:0,1g C:2,1g Tea gyümölcsös Kal: 43 F: 0g Zs: 0g Szh:10g So:0,0g Tzs:0,0g C: 10g Paprika tv Kal: 5 F: 0g Zs: 0g Szh: 1g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g										Kakaós kagyló(1-7-3-5) Kal:286 F: 5g Zs:14g Szh:38g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g Tej(7) Kal: 88 F: 6g Zs: 3g Szh: 9g So:0,2g Tzs:1,8g C:0,9g										Kakaó(1-7-3-9) Kal: 85 F: 5g Zs: 2g Szh:11g So:0,2g Tzs:1,4g C:4,8g Delma - multivitaminos(7) Kal: 27 F: 0g Zs: 3g Szh: 0g So:0,1g Tzs:0,9g C:0,0g Uborka friss Kal: 3 F: 0g Zs: 0g Szh: 0g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g Kenyér tk.(1-7-6) Kal:150 F: 5g Zs: 1g Szh:32g So:0,8g Tzs:0,1g C:2,1g										Citromos briós(1-7-3) Kal:266 F: 6g Zs: 5g Szh:50g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g Tea gyümölcsös Kal: 43 F: 0g Zs: 0g Szh:10g So:0,0g Tzs:0,0g C: 10g										Kifli-vajas(1-7) Kal:128 F: 4g Zs: 1g Szh:28g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g Gyümölcs joghurt(7) Kal:121 F: 5g Zs: 3g Szh:18g So:0,2g Tzs:2,1g C: 13g																		
	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 225 5 4 43 1,0 1 12										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 374 11 17 47 0,2 2 1,0										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 265 10 6 43 1,2 2 6,9										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 309 6 5 60 0,0 0 10										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 249 9 4 47 0,2 2 13																		
E	Gulyásleves(1-9-10-7-3-6) Kal:298 F:17g Zs:12g Szh:29g So:0,5g Tzs:2,6g C:0,4g Tejbedara(7-1) Kal:269 F:10g Zs: 4g Szh:47g So:0,3g Tzs:2,2g C: 12g Kakaószórat Kal: 51 F: 1g Zs: 0g Szh:11g So:0,0g Tzs:0,4g C: 13g Kenyér-húsosleveshez(1) Kal:155 F: 6g Zs: 2g Szh:30g So:0,6g Tzs:0,0g C:0,0g										Gombakrémleves(7-3-9) Kal: 62 F: 3g Zs: 2g Szh:10g So:0,2g Tzs:0,2g C:0,1g Tarhonyáshús(1-7-3-9-6) Kal:505 F:24g Zs:21g Szh:53g So:0,5g Tzs:4,0g C:1,6g Uborkasaláta Kal: 31 F: 1g Zs: 0g Szh: 7g So:0,7g Tzs:0,0g C:6,0g										Karfiolleves -zöldséges(1-9-10-7-3-6) Kal:115 F: 3g Zs: 7g Szh:10g So:0,4g Tzs:0,8g C:0,2g Burgonyafőzelék(7-1) Kal:322 F: 6g Zs:11g Szh:49g So:0,3g Tzs:2,7g C:5,1g Vagdalt(3-1) Kal:425 F:15g Zs:33g Szh:15g So:0,3g Tzs:3,0g C:0,3g Kenyér - főzelékhez(1) Kal:129 F: 5g Zs: 2g Szh:25g So:0,5g Tzs:0,0g C:0,0g										Fahéjas almaleves(7) Kal:137 F: 1g Zs: 3g Szh:26g So:0,2g Tzs:1,6g C: 16g Csirkemáj rizottó-sajtszórat(7) Kal:455 F:25g Zs:15g Szh:54g So:0,1g Tzs:4,8g C:0,3g										Magyaros zöldbableves(1) Kal: 85 F: 2g Zs: 4g Szh:10g So:0,4g Tzs:0,5g C:0,2g Harsapaprikás (4-1) Kal:263 F:14g Zs:22g Szh: 5g So:0,5g Tzs:5,8g C:0,2g Túrós csusza(1-7) Kal:335 F:14g Zs:11g Szh:44g So:0,3g Tzs:2,6g C:1,2g																		
	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 773 34 0 117 1,5 5 25										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 599 27 23 71 1,4 4 7,7										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 991 29 53 99 1,5 7 5,6										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 592 26 18 81 0,3 6 16										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 684 30 37 59 1,1 9 1,6																		
U	Kifli-vajas(1-7) Kal:128 F: 4g Zs: 1g Szh:28g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g Medve sajt(7) Kal: 33 F: 2g Zs: 3g Szh: 1g So:0,4g Tzs:1,6g C:0,7g										Zsemlé - korpás(1) Kal:155 F: 3g Zs: 2g Szh:13g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,9g Vajkrém magyaros(7-10) Kal: 98 F: 2g Zs: 6g Szh: 2g So:0,3g Tzs:4,2g C:0,0g Paprika tv Kal: 5 F: 0g Zs: 0g Szh: 1g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g										Sajtos pogácsa(1-7-3) Kal:223 F: 8g Zs: 3g Szh:44g So:0,1g Tzs:0,0g C:0,1g										Delma - multivitaminos(7) Kal: 27 F: 0g Zs: 3g Szh: 0g So:0,1g Tzs:0,9g C:0,0g Kenyér tk.(1-7-6) Kal:150 F: 5g Zs: 1g Szh:32g So:0,8g Tzs:0,1g C:2,1g Párizsi - sertés(6) Kal: 69 F: 3g Zs: 6g Szh: 1g So:0,6g Tzs:2,5g C:0,0g Paprika tv Kal: 5 F: 0g Zs: 0g Szh: 1g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g										Midi piskóta(8-10) Kal:109 F: 2g Zs: 4g Szh:16g So:0,1g Tzs:0,0g C:0,0g																		
	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 161 5 3 29 0,4 2 0,7										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 258 6 8 16 0,3 4 0,9										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 223 8 3 44 0,1 0 0,1										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 251 8 10 33 1,5 3 2,1										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 109 2 4 16 0,1 0 0,0																		

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket !

* T.Zs = Telített zsírsav A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat , melyért elnézést kérünk ! * jelölt étel édesítőt tartalmaz

Glutén(1)Rákféle(2)Tojás(3)Hal(4)Mogyoró(5)Szójabab(6)Tej(7) Dióféle(8) Zeller(9)Mustár(10)Szezámag(11)SO2-Szulfit(12)Csillagfűrt(13)Puhatestűek(14)

Élelmezésvezető:..... Diétás étkeztetést igény szerint biztosítunk !