

Heti étlap 2026.04.20. - 2026.04.24.

| | | hétfő | | | kedd | | | szerda | | | csütörtök | | | péntek | | |
|------------|----------------------------------|---|---------|------------|--|------------------------|----------------|---|---------|------------|--|-----------|------------|--|---------|--------|
| Tízórai | (00482) Gyermek Alsós (7-10 év) | Limonádé 7-10, Zabkása 7-10[1,7] | | | Citromos tea 7-10, Vajkrém 100g, natur[7], Zsemle[1], Jégcsapretek kg | | | Zöldtea 7-10, Sárgabaracklekvár(12), Margarin Light(7), Korpás kenyér[1,(6)] | | | Tej (friss)1,5%[7], Túrós batyu, mirelit[1,3,7] | | | Gyümölcs tea 7-10, Turista (allergénm), Margarin Light(7), Rozskenyér[1,(6)], Jégcsapretek kg | | |
| | | Energia: 289.61 Kcal / 1,210.57 KJ | | | Energia: 219.24 Kcal / 916.42 KJ | | | Energia: 210.17 Kcal / 878.51 KJ | | | Energia: 433.90 Kcal / 1,813.70 KJ | | | Energia: 321.25 Kcal / 1,342.83 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 11.12 g | 6.70 g | 2.22 g | 5.51 g | 4.40 g | 2.08 g | 4.30 g | 2.85 g | 0.72 g | 15.40 g | 14.00 g | 8.23 g | 9.85 g | 14.03 g | 5.12 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| | 44.91 g | 6.00 g | 0.33 g | 39.28 g | 8.99 g | 0.81 g | 40.92 g | 15.44 g | 0.71 g | 59.60 g | 16.00 g | 0.82 g | 37.42 g | 10.89 g | 1.83 g | |
| | 1,7 | | | 1,7 | | | 1,(6),(7),(12) | | | 1,3,7 | | | 1,(6),(7) | | | |
| | (00483) Gyermek Felső (11-14 év) | Limonádé 11-14, Zabkása 11-14[1,7] | | | Citromos tea 11-14, Vajkrém 100g, natur[7], Zsemle[1], Jégcsapretek kg | | | Zöldtea 11-14, Sárgabaracklekvár(12), Margarin Light(7), Korpás kenyér[1,(6)] | | | Tej (friss)1,5%[7], Túrós batyu, mirelit[1,3,7] | | | Gyümölcs tea 11-14, Turista (allergénm), Margarin Light(7), Rozskenyér[1,(6)], Jégcsapretek kg | | |
| | | Energia: 339.12 Kcal / 1,417.52 KJ | | | Energia: 261.54 Kcal / 1,093.24 KJ | | | Energia: 264.21 Kcal / 1,104.40 KJ | | | Energia: 433.90 Kcal / 1,813.70 KJ | | | Energia: 377.61 Kcal / 1,578.41 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| 12.80 g | | 7.80 g | 2.53 g | 5.76 g | 8.40 g | 4.02 g | 6.00 g | 3.01 g | 0.74 g | 15.40 g | 14.00 g | 8.23 g | 11.47 g | 14.21 g | 5.14 g | |
| Szénhidrát | | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | |
| 52.88 g | 7.04 g | 0.37 g | 40.54 g | 9.99 g | 0.81 g | 52.07 g | 16.44 g | 0.95 g | 59.60 g | 16.00 g | 0.82 g | 49.17 g | 12.65 g | 2.07 g | | |
| 1,7 | | | 1,7 | | | 1,(6),(7),(12) | | | 1,3,7 | | | 1,(6),(7) | | | | |
| Ebéd | (00482) Gyermek Alsós (7-10 év) | Zöldség leves 7-10[1,9,(3)], Hortobágyi rakott tészta 7-10[1,7], Alma | | | Lebbencsleves 7-10[1,(3)], Párolt sertésszelet 7-10, Tökfőzelék 7-10[1,7], Teljeskiőrlésű kenyér[1], Körte | | | Póréhagymakrémleves 7-10[1,3,6,7,(12)], Levesgyöngy[1,3,6,(7)], Sült csirkecomb 7-10 (1,3,6,7,10,11), Párolt rizs 7-10, Párolt b.répa kuk. 7-10 (7) | | | Karfiolleves 7-10[1], Hentes tokány 7-10 [1,9,10], Főtt burgonya 7-10, Narancs | | | Babgulyás 7-10, Sajtos pogácsa 7-10[1,3,7], Alma | | |
| | | Energia: 732.73 Kcal / 3,062.81 KJ | | | Energia: 754.00 Kcal / 3,151.72 KJ | | | Energia: 791.57 Kcal / 3,308.76 KJ | | | Energia: 597.78 Kcal / 2,498.72 KJ | | | Energia: 745.74 Kcal / 3,117.19 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 30.14 g | 28.52 g | 10.23 g | 34.17 g | 28.87 g | 7.47 g | 22.84 g | 30.05 g | 6.14 g | 26.25 g | 20.25 g | 4.54 g | 36.11 g | 30.98 g | 9.16 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 86.29 g | 0.01 g | 2.72 g | 87.35 g | 0.23 g | 4.52 g | 106.47 g | 0.53 g | 4.90 g | 74.90 g | 0.01 g | 3.45 g | 79.84 g | 0.01 g | 2.61 g | | |
| 1,7,9,(3) | | | 1,7,(3) | | | 1,3,6,7,(10),(11),(12) | | | 1,9,10 | | | 1,3,7 | | | | |
| Ebéd | (00483) Gyermek Felső (11-14 év) | | | | | | | | | | | | | | | |



| | | hétfő | kedd | szerda | csütörtök | péntek |
|---|---|---|--|--|--|--|
| Ebéd | (00483) Gyermek Felső (11-14 év) | Zöldségleves 11-14[1,9, (3)], Hortobágyi rakott tészta 11-14[1,7], Alma | Lebbencsleves 11-14[1, (3)], Párolt sertészelet 11-14, Tökfőzelék 11-14 [1,7], Teljeskiőrlésű kenyér[1], Körte | Póréhagymakrémleves 11-14[1,3,6,7,(12)], Levesgyöngy[1,3,6,(7)], Sült csirkecomb 11-14 (1,3,6,7,10,11), Párolt rizs 11-14, Párolt b.répa,kukorica 11-14(7) | Karfiolleves 11-14[1], Hentes tokány 11-14 [1,9,10], Főtt burgonya 11-14 , Narancs | Babgulyás 11-14, Sajtos pogácsa 11-14[1,3,7], Alma |
| | | Energia: 776.66 Kcal / 3,246.44 KJ | Energia: 873.22 Kcal / 3,650.06 KJ | Energia: 865.18 Kcal / 3,616.45 KJ | Energia: 638.45 Kcal / 2,668.72 KJ | Energia: 791.58 Kcal / 3,308.80 KJ |
| | | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv |
| | | 31.44 g 29.45 g 10.60 g | 38.84 g 31.72 g 8.18 g | 25.38 g 31.22 g 6.30 g | 29.19 g 21.16 g 4.84 g | 39.65 g 33.06 g 9.74 g |
| | | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só |
| 93.57 g 0.01 g 2.93 g | 105.66 g 0.26 g 5.37 g | 119.59 g 0.53 g 5.23 g | 79.93 g 0.01 g 4.14 g | 83.01 g 0.01 g 2.96 g | | |
| 1,7,9,(3) | 1,7,(3) | 1,3,6,7,(10),(11),(12) | 1,9,10 | 1,3,7 | | |
| Uzsonna | (00482) Gyermek Alsós (7-10 év) | Padlizsánkrém 7-10 [3,10,(1,7)], Rozskenyér [1,(6)], Zöldpaprika | Gyümölcsle 100% 0,2l-es, Joghurtos rizsszelet | Kocka sajt, natúr, Pék kifli[1], Uborka(kígyó) | Párizsi (allergénm)(10), Margarin Light(7), Zsemle korpás[1], Paradicsom kg | Tej poharas 0,2l[7], Pék kifli[1] |
| | | Energia: 215.42 Kcal / 900.46 KJ | Energia: 262.22 Kcal / 1,096.08 KJ | Energia: 246.19 Kcal / 1,029.07 KJ | Energia: 232.02 Kcal / 969.84 KJ | Energia: 277.37 Kcal / 1,159.41 KJ |
| | | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv |
| | | 5.42 g 6.25 g 0.78 g | 2.04 g 5.90 g 0.04 g | 10.04 g 5.51 g 3.14 g | 9.57 g 5.59 g 1.69 g | 13.00 g 3.46 g 1.80 g |
| | | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só |
| 33.37 g 2.28 g 0.71 g | 48.30 g 0.57 g 0.01 g | 38.87 g 2.24 g 1.36 g | 35.58 g 0.00 g 1.44 g | 48.22 g 2.24 g 1.31 g | | |
| 1,3,10,(6),(7) | 1 | 1,(7),(10) | 1,7 | | | |
| (00483) Gyermek Felső (11-14 év) | Padlizsánkrém 11-14 [3,10,(1,7)], Rozskenyér [1,(6)], Zöldpaprika | Gyümölcsle 100% 0,2l-es, Joghurtos rizsszelet | Kocka sajt, natúr, Pék kifli[1], Uborka(kígyó) | Párizsi (allergénm)(10), Margarin Light(7), Zsemle korpás[1], Paradicsom kg | Tej poharas 0,2l[7], Pék kifli[1] | |
| | Energia: 234.34 Kcal / 979.54 KJ | Energia: 262.22 Kcal / 1,096.08 KJ | Energia: 246.19 Kcal / 1,029.07 KJ | Energia: 276.35 Kcal / 1,155.14 KJ | Energia: 277.37 Kcal / 1,159.41 KJ | |
| | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | |
| | 5.56 g 8.14 g 1.02 g | 2.04 g 5.90 g 0.04 g | 10.04 g 5.51 g 3.14 g | 10.08 g 9.36 g 2.71 g | 13.00 g 3.46 g 1.80 g | |
| | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | |
| 33.67 g 2.28 g 0.72 g | 48.30 g 0.57 g 0.01 g | 38.87 g 2.24 g 1.36 g | 37.60 g 0.00 g 1.65 g | 48.22 g 2.24 g 1.31 g | | |
| 1,3,10,(6),(7) | 1 | 1,(7),(10) | 1,7 | | | |

.....
Élelmezésvezető

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

TOVÁBBI ALLERGÉN INFORMÁCIÓ: elelmezes@kornye.hu

