

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai - A					
	Tejeskávé	Tea	Kakaó	Hideg tej.	Tea
Tápanyag jellemzők	En: 121,2 kcal Tz: 2,0 g Sz: 17,2 g So: 0,3 g Zs: 3,0 g Fe: 6,3 g Cu: 16,2 g Hs: -	En: 31,4 kcal Tz: - Sz: 7,3 g So: - Zs: 0,0 g Fe: 0,1 g Cu: 7,0 g Hs: -	En: 120,6 kcal Tz: - Sz: 16,2 g So: 0,3 g Zs: 3,2 g Fe: 6,5 g Cu: - Hs: -	En: 88,0 kcal Tz: 2,0 g Sz: 9,2 g So: 0,3 g Zs: 3,0 g Fe: 6,2 g Cu: 9,2 g Hs: -	En: 31,4 kcal Tz: - Sz: 7,3 g So: - Zs: 0,0 g Fe: 0,1 g Cu: 7,0 g Hs: -
Allergének	glutén		szója		
	Lotti tömlős sajtkrém	Zelleres búzacsírás margarin	Sajtos rúd.	Vajas-lekváros félb.kenyér	Mozzarella sajt szelet.
Tápanyag jellemzők	En: 27,6 kcal Tz: 0,6 g Sz: 2,0 g So: 0,2 g Zs: 1,2 g Fe: 2,0 g Cu: 0,8 g Hs: -	En: 50,4 kcal Tz: 2,5 g Sz: 0,5 g So: 0,3 g Zs: 5,3 g Fe: 0,2 g Cu: - Hs: 0,3 g	En: 196,7 kcal Tz: - Sz: 23,3 g So: 0,8 g Zs: 8,8 g Fe: 5,3 g Cu: - Hs: -	En: 183,1 kcal Tz: 0,7 g Sz: 31,2 g So: 0,9 g Zs: 4,0 g Fe: 4,0 g Cu: 3,3 g Hs: -	En: 65,4 kcal Tz: 3,2 g Sz: 0,1 g So: 0,3 g Zs: 5,0 g Fe: 5,2 g Cu: 0,1 g Hs: -
Allergének	tejféle	zeller, tejféle	diófélék, glutén, szezámmag, szója, szulfitok, tejféle, tojás	diófélék, glutén, szezámmag, szója, tejféle, tojás	tejféle
	Kaliforniai paprika	Kígyóuborka			Multivitaminos margarin.
Tápanyag jellemzők	En: 5,4 kcal Tz: 0,0 g Sz: 0,9 g So: - Zs: 0,0 g Fe: 0,2 g Cu: 0,5 g Hs: -	En: 3,0 kcal Tz: - Sz: 0,5 g So: - Zs: 0,0 g Fe: 0,1 g Cu: - Hs: -			En: 36,0 kcal Tz: 1,2 g Sz: - So: 0,1 g Zs: 4,0 g Fe: - Cu: - Hs: -
Allergének					
	Graham kenyér.tk.	Reszelt trappista sajt			Sörretek
Tápanyag jellemzők	En: 124,0 kcal Tz: - Sz: 25,0 g So: 0,8 g Zs: 0,6 g Fe: 4,5 g Cu: - Hs: -	En: 31,2 kcal Tz: 1,5 g Sz: 0,0 g So: 0,2 g Zs: 2,3 g Fe: 2,6 g Cu: 0,0 g Hs: -			En: 2,3 kcal Tz: - Sz: 0,3 g So: 0,0 g Zs: 0,0 g Fe: 0,2 g Cu: - Hs: -
Allergének	diófélék, glutén, szezámmag, szója, tejféle, tojás				
	Tönköly kenyér tk.				Graham kenyér.tk.
Tápanyag jellemzők		En: 135,0 kcal Tz: - Sz: 26,5 g So: 0,8 g Zs: 0,6 g Fe: 4,8 g Cu: - Hs: -			En: 124,0 kcal Tz: - Sz: 25,0 g So: 0,8 g Zs: 0,6 g Fe: 4,5 g Cu: - Hs: -
Allergének		diófélék, glutén, szezámmag, szója, szulfitok, tejféle, tojás			diófélék, glutén, szezámmag, szója, tejféle, tojás
Ebéd - A					
	Zabgaluska leves	Kolbászos lencseleves	Zöldbab leves	Húsleves csigatésztával.,	Karfiolkrémleves levesgyöggyl
Tápanyag jellemzők	En: 76,3 kcal Tz: 0,3 g Sz: 8,2 g So: 0,3 g Zs: 3,1 g Fe: 2,3 g Cu: 0,3 g Hs: 0,1 g	En: 184,1 kcal Tz: 2,1 g Sz: 21,2 g So: 1,5 g Zs: 6,4 g Fe: 8,6 g Cu: 1,1 g Hs: 1,2 g	En: 100,1 kcal Tz: - Sz: 10,6 g So: 0,3 g Zs: 4,5 g Fe: 2,5 g Cu: - Hs: -	En: 41,1 kcal Tz: 0,1 g Sz: 7,1 g So: 0,6 g Zs: 0,4 g Fe: 1,7 g Cu: 0,2 g Hs: 0,5 g	En: 131,6 kcal Tz: 3,3 g Sz: 11,5 g So: 0,7 g Zs: 7,5 g Fe: 3,1 g Cu: 1,2 g Hs: 0,3 g
Allergének	glutén, mustár, tejféle, tojás, zeller, szója	glutén, mustár, tejféle, tojás, zeller	glutén, mustár, tejféle, tojás, zeller, szója	glutén, mustár, szója, tejféle, tojás, zeller	glutén, tejféle, mustár, tojás, zeller



Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd - A				
Paradicsomos húsgombóc	Lekváros bukta házi készítésű	Uborkás pulyka tokány	Vadas sertés szelet	Sütőben sült panírozott halrudacska
Tápanyag jellemzők En: 348,2 kcal Zs: 21,1 g Tz: 0,6 g Fe: 13,0 g Sz: 28,8 g Cu: 11,9 g So: 0,2 g Hs: 0,1 g	Tápanyag jellemzők En: 446,9 kcal Zs: 6,0 g Tz: 0,7 g Fe: 13,8 g Sz: 81,1 g Cu: 26,7 g So: 0,1 g Hs: 0,1 g	Tápanyag jellemzők En: 175,3 kcal Zs: 10,3 g Tz: - Fe: 13,7 g Sz: 4,8 g Cu: - So: 0,8 g Hs: -	Tápanyag jellemzők En: 301,9 kcal Zs: 17,6 g Tz: 3,3 g Fe: 15,2 g Sz: 16,1 g Cu: 6,3 g So: 0,4 g Hs: 0,1 g	Tápanyag jellemzők En: 203,1 kcal Zs: 10,3 g Tz: 0,9 g Fe: 10,4 g Sz: 16,4 g Cu: 0,6 g So: 0,8 g Hs: -
Allergének zeller, glutén, tojás	Allergének tojás, glutén	Allergének glutén	Allergének glutén, szója, tojás, tejszíne, mustár	Allergének glutén, tejszíne
Főtt burgonya 1/2 adag	Eper-	Kuszkusz	Orsó tészta	Petrezselmes újbungonya
Tápanyag jellemzők En: 101,3 kcal Zs: 2,4 g Tz: 0,3 g Fe: 2,1 g Sz: 16,6 g Cu: - So: 0,1 g Hs: 0,1 g	Tápanyag jellemzők En: 26,3 kcal Zs: - Tz: - Fe: 0,7 g Sz: 5,4 g Cu: 5,4 g So: 0,0 g Hs: -	Tápanyag jellemzők En: 228,0 kcal Zs: 4,3 g Tz: - Fe: 6,6 g Sz: 38,5 g Cu: - So: 0,1 g Hs: -	Tápanyag jellemzők En: 242,6 kcal Zs: 3,6 g Tz: 0,5 g Fe: 7,2 g Sz: 43,8 g Cu: 1,0 g So: 0,1 g Hs: 0,1 g	Tápanyag jellemzők En: 181,0 kcal Zs: 3,0 g Tz: 0,3 g Fe: 4,1 g Sz: 29,6 g Cu: - So: 0,3 g Hs: 0,3 g
Allergének	Allergének	Allergének glutén, mustár, szója, tejszíne, tojás	Allergének glutén, tojás	Allergének
Félb.kenyér				Joghurtos öntet
Tápanyag jellemzők En: 79,8 kcal Zs: 0,3 g Tz: - Fe: 2,3 g Sz: 16,5 g Cu: - So: 0,5 g Hs: -				Tápanyag jellemzők En: 117,3 kcal Zs: 12,1 g Tz: 2,3 g Fe: 0,5 g Sz: 1,4 g Cu: 1,0 g So: 0,4 g Hs: -
Allergének diófélék, glutén, szezámmag, szója, tejszíne, tojás				Allergének mustár, tejszíne, tojás, glutén, szója, zeller
Uzsonna - A				
Házi almás rácsos	Sajtos tavaszi felvágott	Snidlinges kenőmájás	Zala felvágott.	Riska gyümölcs joghurt
Tápanyag jellemzők En: 182,4 kcal Zs: 5,9 g Tz: 2,4 g Fe: 3,4 g Sz: 28,4 g Cu: 11,1 g So: 0,0 g Hs: -	Tápanyag jellemzők En: 32,2 kcal Zs: 2,2 g Tz: 0,7 g Fe: 2,5 g Sz: 0,6 g Cu: 0,2 g So: 0,4 g Hs: -	Tápanyag jellemzők En: 60,8 kcal Zs: 5,5 g Tz: - Fe: 2,5 g Sz: 0,3 g Cu: 0,3 g So: - Hs: -	Tápanyag jellemzők En: 42,8 kcal Zs: 3,4 g Tz: 1,4 g Fe: 2,6 g Sz: 0,4 g Cu: 0,0 g So: 0,3 g Hs: -	Tápanyag jellemzők En: 125,0 kcal Zs: 4,0 g Tz: 2,8 g Fe: 4,1 g Sz: 17,5 g Cu: 16,3 g So: 0,2 g Hs: -
Allergének glutén, tejszíne, tojás	Allergének szója, tejszíne	Allergének szója	Allergének glutén, szója	Allergének tejszíne
Tea	Liga margarin	Zöldpaprika.	Boci sajtkrém tejszínes.	Korpotit keksz
Tápanyag jellemzők En: 31,4 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,1 g Sz: 7,3 g Cu: 7,0 g So: - Hs: -	Tápanyag jellemzők En: 18,0 kcal Zs: 2,0 g Tz: 0,6 g Fe: 0,1 g Sz: 0,1 g Cu: 0,1 g So: 0,1 g Hs: -	Tápanyag jellemzők En: 0,0 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,0 g Sz: 0,0 g Cu: 0,0 g So: - Hs: -	Tápanyag jellemzők En: 15,7 kcal Zs: 0,9 g Tz: 0,6 g Fe: 1,1 g Sz: 0,8 g Cu: 0,6 g So: 0,1 g Hs: -	Tápanyag jellemzők En: 47,0 kcal Zs: 1,4 g Tz: 0,6 g Fe: 1,1 g Sz: 7,3 g Cu: 0,5 g So: 0,1 g Hs: -
Allergének	Allergének	Allergének	Allergének tejszíne	Allergének diófélék, glutén, szezámmag, tejszíne, tojás
	Korpás zsemle	Graham kenyér.tk.	Kígyóborka	
Tápanyag jellemzők	Tápanyag jellemzők En: 135,0 kcal Zs: 0,6 g Tz: - Fe: 4,7 g Sz: 27,5 g Cu: - So: 0,7 g Hs: -	Tápanyag jellemzők En: 124,0 kcal Zs: 0,6 g Tz: - Fe: 4,5 g Sz: 25,0 g Cu: 0,0 g So: - Hs: -	Tápanyag jellemzők En: 3,0 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,1 g Sz: 0,5 g Cu: - So: - Hs: -	
Allergének	Allergének diófélék, glutén, szezámmag, szója, szulfidok, tejszíne, tojás	Allergének diófélék, glutén, szezámmag, szója, tejszíne, tojás	Allergének	



Veszprémi Érseki Főiskola

8200 Veszprém
Jutasi út 18/2.

ÉTLAP

2025. 22. hét (2025.05.26. - 2025.06.01.)

Óvoda

Korcsoport: 4 - 6 év

Közétkeztetési program [V: 4.2.1.15] © Info-Set Kft.

2025.05.22. 7:23

3. / 3. oldal

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
-------	------	--------	-----------	--------

Uzsonna - A

Tápanyag
jellemzők

Allergének

Graham zsemle tk.

En: 120,0 kcal Zs: 0,8 g
Tz: 0,2 g Fe: 4,5 g
Sz: 23,9 g Cu: 0,1 g
So: 0,7 g Hs: -
diófélék, glutén, szezámmag, szója, szulfitok,
tejféle, tojás

SEnergia-A	1097,62kcal	1093,46kcal	1005,54kcal	1038,19kcal	1063,97kcal
------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------

Jelmagyarázat: En - Energia, Fe - Fehérje, Zs - Zsír, Sz - Szénhidrát, Cu - Cukor, Tz - Telített zsírsav, So - Összes só, Hs - Hozzáadott só

Ebéd rendelés és lemondás a tárgy napot megelőző napon 10 óráig lehetséges.
Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!
37/2014(IV.30) EMMI rendelet alapján a tápanyagértékek 1 adagra értendők!

intézményvezető

élelmezés vezető

vezető szakács