

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai - A					
	Hideg tej.	Hideg tej.	Házi gyümölcsös joghurt	Tejeskávé	Mézes tea
Tápanyag jellemzők	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: 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: 133,7 kcal Tz: 2,1 g Sz: 22,5 g So: 0,1 g Zs: 3,4 g Fe: 3,3 g Cu: 11,0 g Hs: -	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: 25,7 kcal Tz: - Sz: 6,2 g So: - Zs: 0,0 g Fe: 0,0 g Cu: 2,0 g Hs: -
Allergének			tejféle	glutén	
	Briós	Gabonapehely, csokigolyó tk.	Korpás kifli	Snidlinges tojáskrém	Házi sajtkrém
Tápanyag jellemzők	En: 165,0 kcal Tz: 1,4 g Sz: 28,5 g So: 0,3 g Zs: 3,5 g Fe: 4,5 g Cu: 5,0 g Hs: -	En: 74,0 kcal Tz: 0,3 g Sz: 14,0 g So: 0,1 g Zs: 0,8 g Fe: 1,7 g Cu: 5,0 g Hs: -	En: 131,5 kcal Tz: 0,1 g Sz: 27,0 g So: 0,7 g Zs: 0,5 g Fe: 4,0 g Cu: 0,5 g Hs: -	En: 55,8 kcal Tz: 1,5 g Sz: 0,3 g So: 0,2 g Zs: 5,0 g Fe: 2,1 g Cu: 0,1 g Hs: 0,1 g	En: 69,7 kcal Tz: 3,4 g Sz: 0,7 g So: 0,2 g Zs: 6,2 g Fe: 3,0 g Cu: 0,3 g Hs: -
Allergének	diófélék, glutén, szezámmag, szója, szulfitok, tejféle, tojás	diófélék, földimogyoró, glutén, tejféle	diófélék, glutén, szezámmag, szója, szulfitok, tejféle, tojás	mustár, tejféle, tojás	tejféle
				Kápia paprika	Paradicsom
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: 5,1 kcal Tz: - Sz: 0,9 g So: - Zs: 0,0 g Fe: 0,2 g Cu: - Hs: -
Allergének					
				Graham kenyér.tk.	Tönköly kenyér tk.
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: 135,0 kcal Tz: - Sz: 26,5 g So: 0,8 g Zs: 0,6 g Fe: 4,8 g Cu: - Hs: -
Allergének				diófélék, glutén, szezámmag, szója, tejféle, tojás	diófélék, glutén, szezámmag, szója, szulfitok, tejféle, tojás
Ebéd - A					
	Daragaluska leves	Frankfurti jell. leves	Csontleves ötgabonás gombóccal	Zeller leves.	Rostoslé. 100%
Tápanyag jellemzők	En: 56,2 kcal Tz: 0,7 g Sz: 5,8 g So: 0,3 g Zs: 2,5 g Fe: 1,4 g Cu: 0,7 g Hs: 0,1 g	En: 185,2 kcal Tz: 5,4 g Sz: 9,3 g So: 1,2 g Zs: 12,9 g Fe: 6,5 g Cu: 1,1 g Hs: 0,5 g	En: 121,7 kcal Tz: - Sz: 5,6 g So: 0,4 g Zs: 6,5 g Fe: 4,2 g Cu: - Hs: -	En: 79,4 kcal Tz: 0,4 g Sz: 8,2 g So: 0,2 g Zs: 3,5 g Fe: 2,1 g Cu: 1,3 g Hs: 0,1 g	En: 90,0 kcal Tz: - Sz: 22,0 g So: - Zs: - Fe: - Cu: 22,0 g Hs: -
Allergének	glutén, tojás, zeller, mustár, szója, tejféle	glutén, mustár, tejféle, tojás, zeller	zeller, glutén, mustár, szója, tejféle, tojás	glutén, mustár, szója, tejféle, tojás, zeller	
	Zöldborsófőzelék	Lekváros bukta házi készítésű	Stefánia vagdalt	Ketchupos csirkecomb	Panírozott halporció sütőben sült
Tápanyag jellemzők	En: 243,7 kcal Tz: 4,0 g Sz: 16,4 g So: 0,1 g Zs: 13,7 g Fe: 7,6 g Cu: 6,8 g Hs: 0,1 g	En: 446,9 kcal Tz: 0,7 g Sz: 81,1 g So: 0,1 g Zs: 6,0 g Fe: 13,8 g Cu: 26,7 g Hs: 0,1 g	En: 313,6 kcal Tz: - Sz: 8,5 g So: 1,0 g Zs: 23,7 g Fe: 11,9 g Cu: - Hs: -	En: 228,2 kcal Tz: 0,4 g Sz: 4,8 g So: 0,6 g Zs: 10,0 g Fe: 27,5 g Cu: 3,1 g Hs: -	En: 222,3 kcal Tz: 0,8 g Sz: 19,4 g So: 0,8 g Zs: 9,8 g Fe: 12,7 g Cu: 0,7 g Hs: -
Allergének	tejféle, glutén	tojás, glutén	diófélék, glutén, szezámmag, szója, tejféle, tojás	glutén, mustár, szója, tejféle, tojás	glutén, hal, tejféle, tojás

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	
Ebéd - A	Sertéssült feltét	Gyümölcs saláta,	Párolt rizs paprikával.	Burgonya püré,	Édes hasábburgonya sütőben sült.	
Tápanyag jellemzők	En: 131,9 kcal Tz: 0,3 g Sz: 1,3 g So: 0,4 g	Zs: 7,8 g Fe: 12,9 g Cu: 0,5 g Hs: 0,1 g	En: 178,9 kcal Tz: - Sz: 39,3 g So: 0,1 g	Zs: 0,7 g Fe: 3,9 g Cu: - Hs: -	En: 159,5 kcal Tz: 0,4 g Sz: 24,6 g So: 0,6 g	Zs: 3,6 g Fe: 2,3 g Cu: 6,0 g Hs: 0,6 g
Allergének	glutén, mustár, szója, tejszíne, tojás					
Graham kenyér tk					Salátaöntet, Cézár	
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: 44,9 kcal Tz: 0,8 g Sz: 2,1 g So: 0,2 g	Zs: 3,7 g Fe: 0,7 g Cu: 1,5 g Hs: -
Allergének	diófélék, glutén, szezámmag, szója, tejszíne, tojás mustár, tejszíne, glutén, szója, tojás, zeller					
Uzsonna - A	Gépsonka	Lapka sajt.	Csirkemell sonka..	Limonádé	Tejberizs	
Tápanyag jellemzők	En: 23,4 kcal Tz: 0,5 g Sz: 1,5 g So: 0,5 g	Zs: 1,1 g Fe: 1,6 g Cu: 0,1 g Hs: -	En: 56,2 kcal Tz: 2,9 g Sz: 0,8 g So: 0,4 g	Zs: 4,6 g Fe: 3,0 g Cu: 0,8 g Hs: -	En: 23,4 kcal Tz: - Sz: 0,4 g So: 0,4 g	Zs: 1,0 g Fe: 3,2 g Cu: - Hs: -
Allergének		szója				
Multivitaminos margarin.		Liga margarin	Sajtkrém..	Pizzás csiga-		
Tápanyag jellemzők	En: 36,0 kcal Tz: 1,2 g Sz: - So: 0,1 g	Zs: 4,0 g Fe: - Cu: - Hs: -	En: 18,0 kcal Tz: 0,6 g Sz: 0,1 g So: 0,1 g	Zs: 2,0 g Fe: 0,1 g Cu: 0,1 g Hs: -	En: 13,8 kcal Tz: - Sz: 1,0 g So: 0,1 g	Zs: 0,6 g Fe: 1,1 g Cu: - Hs: -
Allergének		tejszíne		tejszíne		
Zöldpaprika.		Kígyóúrborka	Paradicsom			
Tápanyag jellemzők	En: - Tz: - Sz: - So: -	Zs: - Fe: - Cu: - Hs: -	En: 3,0 kcal Tz: - Sz: 0,5 g So: -	Zs: 0,0 g Fe: 0,1 g Cu: - Hs: -	En: 5,1 kcal Tz: - Sz: 0,9 g So: 0,0 g	Zs: 0,0 g Fe: 0,2 g Cu: - Hs: -
Allergének						
Félbarna kenyér		Tönköly kenyér tk.	Teljeskiőrlésű kenyér			
Tápanyag jellemzők	En: 133,0 kcal Tz: - Sz: 27,5 g So: 0,8 g	Zs: 0,5 g Fe: 3,9 g Cu: - Hs: -	En: 135,0 kcal Tz: - Sz: 26,5 g So: 0,8 g	Zs: 0,6 g Fe: 4,8 g Cu: - Hs: -	En: 128,5 kcal Tz: - Sz: 25,0 g So: 0,8 g	Zs: 0,7 g Fe: 5,5 g Cu: - Hs: -
Allergének	diófélék, glutén, szezámmag, szója, tejszíne, tojás diófélék, glutén, szezámmag, szója, szulfitok, tejszíne, tojás diófélék, glutén, szezámmag, szója, szulfitok, tejszíne, tojás					



Veszprémi Érseki Főiskola

8200 Veszprém
Jutasi út 18/2.

ÉTLAP

2025. 26. hét (2025.06.23. - 2025.06.29.)

Óvoda

Korcsoport: 4 - 6 év

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

2025.06.18. 8:09

3. / 3. oldal

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

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