



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

Tízórai - A

	Tea	Hideg tej.	Tejeskávé
Tápanyag jellemzők	En: 31,4 kcal Tz: - Sz: 7,3 g So: - Zs: 0,0 g Fe: 0,1 g Cu: 7,0 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: 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: -
Allergének			glutén

	Lilahagymás túrókrém	Gabonapehely, csokigolyó tk.	Fahéjas csiga,
Tápanyag jellemzők	En: 32,6 kcal Tz: 1,3 g Sz: 0,9 g So: 0,1 g Zs: 2,0 g Fe: 2,6 g Cu: 0,5 g Hs: 0,1 g	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: 184,0 kcal Tz: 0,1 g Sz: 31,4 g So: 0,4 g Zs: 5,0 g Fe: 3,4 g Cu: 12,7 g Hs: -
Allergének	tejféle	diófélék, földimogyoró, glutén, tejféle	diófélék, glutén, szezámmag, szója, szulfitek, tejféle, tojás

	Hónapos retek
Tápanyag jellemzők	En: 3,0 kcal Tz: - Sz: 0,4 g So: 0,0 g Zs: 0,0 g Fe: 0,2 g Cu: - Hs: -
Allergének	

	Búzakorpás kenyér
Tápanyag jellemzők	En: 113,0 kcal Tz: 0,1 g Sz: 24,1 g So: 0,6 g Zs: 0,4 g Fe: 3,4 g Cu: 0,1 g Hs: -
Allergének	diófélék, glutén, szezámmag, szója, szulfitek, tejféle, tojás

Ebéd - A

	Sajtgombóc leves	Palóc leves.	Cseresznye leves	ÜNNEPNAP	ZÁRVA
Tápanyag jellemzők	En: 136,1 kcal Tz: 2,7 g Sz: 10,6 g So: 0,6 g Zs: 7,0 g Fe: 6,3 g Cu: 0,5 g Hs: 0,1 g	En: 189,2 kcal Tz: 10,8 g Sz: 0,2 g Zs: 10,3 g Fe: 10,7 g Cu: 1,8 g Hs: 0,1 g	En: 126,9 kcal Tz: - Sz: 20,4 g So: 0,1 g Zs: 4,4 g Fe: 1,8 g Cu: - Hs: -	En: - Tz: - Sz: - So: - Zs: - Fe: - Cu: - Hs: -	En: - Tz: - Sz: - So: - Zs: - Fe: - Cu: - Hs: -
Allergének	glutén, mustár, szója, tejféle, tojás, zeller	glutén, mustár, szója, tejféle, tojás, zeller	glutén, mustár, tejféle, tojás, zeller, szezámmag, szója		

	Majorannás burgonyafőzelék.	Sárgabarackos gombóc	Sütőben sült panírozott halrudacska
Tápanyag jellemzők	En: 229,0 kcal Tz: 2,2 g Sz: 28,0 g So: 0,1 g Zs: 9,6 g Fe: 4,3 g Cu: 0,3 g Hs: 0,1 g	En: 374,2 kcal Tz: 1,8 g Sz: 66,6 g So: 1,1 g Zs: 7,5 g Fe: 7,4 g Cu: 15,5 g Hs: -	En: 203,1 kcal Tz: - Sz: 16,4 g So: 0,8 g Zs: 10,3 g Fe: 10,4 g Cu: - Hs: -
Allergének	glutén, tejféle	diófélék, földimogyoró, glutén, szója, szulfitek, tejféle, tojás	glutén, tejféle



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

Ebéd - A

	Pulyka aprópecsenye	Gyümölcs saláta,	Vajas burgonya
Tápanyag jellemzők	En: 142,3 kcal Zs: 8,4 g Tz: 0,3 g Fe: 13,2 g Sz: 2,1 g Cu: 0,3 g So: 0,4 g Hs: 0,1 g	En: 111,8 kcal Zs: 0,1 g Tz: - Fe: 1,2 g Sz: 25,6 g Cu: 4,0 g So: 0,0 g Hs: -	En: 151,8 kcal Zs: 3,5 g Tz: - Fe: 3,3 g Sz: 25,9 g Cu: - So: 0,1 g Hs: -
Allergének	glutén, mustár, szója, tejféle, tojás		
	Graham kenyér tk		Tartármártás
Tápanyag jellemzők	En: 124,0 kcal Zs: 0,6 g Tz: - Fe: 4,5 g Sz: 25,0 g Cu: - So: 0,8 g Hs: -		En: 109,1 kcal Zs: 10,8 g Tz: - Fe: 0,6 g Sz: 1,9 g Cu: - So: 0,3 g Hs: -
Allergének	diófélék, glutén, szezámmag, szója, tejféle, tojás		mustár, glutén, szója, tejféle, tojás, zeller

Uzsonna - A

	Trappista sajt szelet,	Szendvoicskrém házi készítésű	Pick borjú párizsi
Tápanyag jellemzők	En: 62,4 kcal Zs: 4,6 g Tz: 3,0 g Fe: 5,2 g Sz: 0,0 g Cu: 0,0 g So: 0,3 g Hs: -	En: 54,8 kcal Zs: 5,1 g Tz: 2,0 g Fe: 1,4 g Sz: 1,2 g Cu: 0,1 g So: 0,4 g Hs: -	En: 48,8 kcal Zs: 4,4 g Tz: 1,8 g Fe: 2,2 g Sz: 0,1 g Cu: - So: 0,4 g Hs: -
Allergének		mustár, tejféle, szója	szója
	Zöldpaprika	Kápia paprika	Sajtkrém..
Tápanyag jellemzők	En: - Zs: - Tz: - Fe: - Sz: - Cu: - So: - Hs: -	En: 5,4 kcal Zs: 0,0 g Tz: 0,0 g Fe: 0,2 g Sz: 0,9 g Cu: 0,5 g So: - Hs: -	En: 13,8 kcal Zs: 0,6 g Tz: 0,3 g Fe: 1,1 g Sz: 1,0 g Cu: - So: 0,1 g Hs: -
Allergének			tejféle
	Liga margarin	Tönköly kenyér tk.	Paradicsom
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: -	En: 135,0 kcal Zs: 0,6 g Tz: - Fe: 4,8 g Sz: 26,5 g Cu: - So: 0,8 g Hs: -	En: 5,1 kcal Zs: 0,0 g Tz: 0,0 g Fe: 0,2 g Sz: 0,9 g Cu: - So: 0,0 g Hs: -
Allergének		diófélék, glutén, szezámmag, szója, szulfítok, tejféle, tojás	
	Főtt tojás karika.		Graham kenyér.tk.
Tápanyag jellemzők	En: 34,0 kcal Zs: 2,4 g Tz: - Fe: 2,7 g Sz: 0,1 g Cu: - So: 0,0 g Hs: -		En: 124,0 kcal Zs: 0,6 g Tz: 0,0 g Fe: 4,5 g Sz: 25,0 g Cu: - So: 0,8 g Hs: -
Allergének	tojás		diófélék, glutén, szezámmag, szója, tejféle, tojás



Veszprémi Érseki Főiskola

8200 Veszprém
Jutasi út 18/2.

ÉTLAP

2025. 43. hét (2025.10.20. - 2025.10.26.)

Óvoda

Korcsoport: 4 - 6 év

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

2025.10.15. 6:53

3. / 3. oldal

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

Uzsonna - A

Zsemle				
Tápanyag jellemzők	En: 145,3 kcal Zs: 0,5 g Tz: 0,1 g Fe: 3,8 g Sz: 31,3 g Cu: - So: 0,7 g Hs: -			
Allergének	diófélék, glutén, szeszámmag, szója, szulfitok, tejféle, tojás			

SEnergia-A	1071,06kcal	1032,35kcal	1087,71kcal	0kcal	0kcal
------------	-------------	-------------	-------------	-------	-------

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