



Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai - A				
Tej	Tea	Tej	Tejeskávé 1,5 dl	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: -	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: -	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: -	Tápanyag jellemzők En: 96,9 kcal Tz: 1,5 g Sz: 14,4 g So: 0,2 g Zs: 2,3 g Fe: 4,7 g Cu: 14,0 g Hs: - glutén	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: -
Allergének				
Gabonapehely, csokigolyó	Pápai májas	Vajas-mézes graham kenyér	Füstöltsajtos répakrém.	Csicseriborsókrém(Humusz).
Tápanyag jellemzők 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: -	Tápanyag jellemzők En: 48,4 kcal Tz: 1,8 g Sz: 0,1 g So: 0,4 g Zs: 4,0 g Fe: 3,0 g Cu: 0,1 g Hs: -	Tápanyag jellemzők En: 216,5 kcal Tz: 3,0 g Sz: 34,0 g So: 0,8 g Zs: 6,8 g Fe: 4,6 g Cu: - Hs: -	Tápanyag jellemzők En: 72,7 kcal Tz: 2,3 g Sz: 1,5 g So: 0,3 g Zs: 6,7 g Fe: 1,7 g Cu: 0,3 g Hs: -	Tápanyag jellemzők En: 103,5 kcal Tz: 2,4 g Sz: 2,3 g So: 0,3 g Zs: 10,0 g Fe: 0,9 g Cu: 0,3 g Hs: 0,1 g
Allergének diófélék, földimogyoró, glutén, tejféle		diófélék, glutén, szezám, szója, tejféle, tojás	glutén, tejféle, mustár, szója, tojás, zeller	glutén, mustár, szója, tejféle, tojás, zeller
	Zöldpaprika:		Kígyóuborka	Sörretek
Tápanyag jellemzők	Tápanyag jellemzők En: - Tz: - Sz: - So: - Zs: - Fe: - Cu: - Hs: -		Tápanyag jellemzők En: 3,0 kcal Tz: - Sz: 0,5 g So: - Zs: 0,0 g Fe: 0,1 g Cu: - Hs: -	Tápanyag jellemzők En: 2,3 kcal Tz: - Sz: 0,3 g So: 0,0 g Zs: 0,0 g Fe: 0,2 g Cu: - Hs: -
Allergének				
	Korpás kifli		Tönköly kenyér tk.	Teljeskiőrlésű kenyér
Tápanyag jellemzők	Tápanyag jellemzők 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: -		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: -	Tápanyag jellemzők En: 128,5 kcal Tz: 0,2 g Sz: 25,0 g So: 0,8 g Zs: 0,7 g Fe: 5,5 g Cu: 0,1 g Hs: -
Allergének	diófélék, glutén, szezám, szója, szulfidok, tejféle, tojás		diófélék, glutén, szezám, szója, szulfidok, tejféle, tojás	diófélék, glutén, szezám, szója, szulfidok, tejféle, tojás
Ebéd - A				
100%-os Rostoslé	Palóc leves.	Gyümölcsleves.	Sütőtökrémleves	Hamis gulyásleves
Tápanyag jellemzők En: 67,5 kcal Tz: 0,1 g Sz: 16,5 g So: - Zs: 7,5 g Fe: 0,8 g Cu: 16,5 g Hs: -	Tápanyag jellemzők En: 189,2 kcal Tz: 2,6 g Sz: 10,8 g So: 0,2 g Zs: 10,3 g Fe: 10,7 g Cu: 1,8 g Hs: 0,1 g	Tápanyag jellemzők En: 124,7 kcal Tz: 1,1 g Sz: 22,4 g So: 0,1 g Zs: 2,8 g Fe: 2,1 g Cu: 15,3 g Hs: 0,1 g	Tápanyag jellemzők En: 133,9 kcal Tz: 3,3 g Sz: 16,7 g So: 0,9 g Zs: 6,1 g Fe: 2,6 g Cu: 3,9 g Hs: 0,1 g	Tápanyag jellemzők En: 108,1 kcal Tz: 0,3 g Sz: 17,9 g So: 0,8 g Zs: 2,4 g Fe: 2,9 g Cu: 1,1 g Hs: 0,1 g
Allergének szulfidok	glutén, mustár, szója, tejféle, tojás, zeller	glutén, mustár, tejféle, tojás, zeller, szezám, szója	glutén, tejféle, zeller	glutén, mustár, tejféle, tojás, zeller, szója
Lencsefőzelék	Sajtos pogácsa	Bácskai rizseshús	Levesgyöggel és tökmaggal	Mákos nudli
Tápanyag jellemzők En: 233,5 kcal Tz: 2,6 g Sz: 26,9 g So: 0,1 g Zs: 7,7 g Fe: 11,6 g Cu: 2,6 g Hs: 0,1 g	Tápanyag jellemzők En: 404,9 kcal Tz: 6,9 g Sz: 50,9 g So: 0,3 g Zs: 14,2 g Fe: 15,3 g Cu: 1,1 g Hs: 0,1 g	Tápanyag jellemzők En: 429,6 kcal Tz: 0,5 g Sz: 45,0 g So: 0,4 g Zs: 19,4 g Fe: 14,9 g Cu: 0,2 g Hs: 0,1 g	Tápanyag jellemzők En: 40,2 kcal Tz: 0,8 g Sz: 2,6 g So: 0,1 g Zs: 2,8 g Fe: 1,1 g Cu: 0,1 g Hs: -	Tápanyag jellemzők En: 450,7 kcal Tz: 1,5 g Sz: 59,1 g So: 1,3 g Zs: 10,4 g Fe: 9,7 g Cu: 15,0 g Hs: 0,1 g
Allergének mustár, tejféle, glutén	tojás, tejféle, glutén	zeller	glutén, tejféle, tojás	diófélék, glutén

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd - A	Sertéspörkölt feltét Tápanyag jellemzők En: 220,6 kcal Zs: 17,6 g Tz: 0,4 g Fe: 10,9 g Sz: 2,3 g Cu: 0,1 g So: 0,2 g Hs: 0,1 g Allergének glutén, mustár, szója, tejféle, tojás, zeller	Mandarin. Tápanyag jellemzők En: 27,0 kcal Zs: 0,5 g Tz: - Fe: 0,4 g Sz: 5,9 g Cu: - So: - Hs: - Allergének	Házi vitamin saláta Tápanyag jellemzők En: 44,9 kcal Zs: 0,1 g Tz: - Fe: 1,1 g Sz: 9,5 g Cu: 4,9 g So: 0,1 g Hs: 0,1 g Allergének	Sajtos sült csirkecomb Tápanyag jellemzők En: 243,2 kcal Zs: 12,3 g Tz: 2,1 g Fe: 30,3 g Sz: 0,8 g Cu: 0,1 g So: 0,5 g Hs: 0,1 g Allergének glutén, mustár, szezámmag, szója, tejféle, tojás, zeller	Alma Tápanyag jellemzők En: 62,0 kcal Zs: 0,8 g Tz: - Fe: 0,8 g Sz: 14,0 g Cu: - So: 0,0 g Hs: - Allergének
	Suli müzli szelet Tápanyag jellemzők En: 79,4 kcal Zs: 2,2 g Tz: 1,5 g Fe: 1,0 g Sz: 13,6 g Cu: 5,4 g So: 0,0 g Hs: - Allergének diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szója, tejféle			Vajas burgonya Tápanyag jellemzők En: 151,8 kcal Zs: 3,5 g Tz: 0,3 g Fe: 3,3 g Sz: 25,9 g Cu: - So: 0,1 g Hs: 0,1 g Allergének	
	Graham kenyér tk 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: - Allergének diófélék, glutén, szezámmag, szója, tejféle, tojás				
Uzsonna - A	Pick Sajtos-snidlinges párizsi Tápanyag jellemzők En: 44,6 kcal Zs: 3,8 g Tz: 1,6 g Fe: 2,2 g Sz: 0,4 g Cu: 0,1 g So: 0,4 g Hs: - Allergének szója, tejféle	Trappista sajt szelet, 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: - Allergének	Házi sajtkrém csirkemell sonkával Tápanyag jellemzők En: 48,4 kcal Zs: 3,3 g Tz: 1,1 g Fe: 3,3 g Sz: 1,2 g Cu: 0,5 g So: 0,3 g Hs: - Allergének szója, diófélék, földimogyoró, glutén, tejféle	Gyümölcspüré 100% Tápanyag jellemzők En: 48,6 kcal Zs: - Tz: - Fe: 0,5 g Sz: 11,7 g Cu: 8,1 g So: - Hs: - Allergének	Tejberizs Tápanyag jellemzők En: 206,0 kcal Zs: 5,0 g Tz: 3,2 g Fe: 6,6 g Sz: 33,6 g Cu: 22,0 g So: 0,5 g Hs: - Allergének tejféle, tojás
	Vajízú light margarin Tápanyag jellemzők En: 28,8 kcal Zs: 3,2 g Tz: 0,9 g Fe: - Sz: - Cu: - So: 0,1 g Hs: - Allergének	Liga margarin 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: - Allergének	Sörretek Tápanyag jellemzők En: 2,3 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,2 g Sz: 0,3 g Cu: - So: 0,0 g Hs: - Allergének	Vajas erzsébet kenyér Tápanyag jellemzők En: 159,4 kcal Zs: 6,4 g Tz: 2,2 g Fe: 3,6 g Sz: 21,8 g Cu: 0,1 g So: 0,6 g Hs: - Allergének tejféle, diófélék, glutén, szezámmag, szója, szulfitek, tojás	
	Kápia paprika Tápanyag jellemzők 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: - Allergének	Lilahagyma. Tápanyag jellemzők En: 7,6 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,4 g Sz: 1,4 g Cu: - So: - Hs: - Allergének	Búzakorpás diákrúd Tápanyag jellemzők En: 145,5 kcal Zs: 0,7 g Tz: 0,1 g Fe: 5,0 g Sz: 29,5 g Cu: - So: 0,7 g Hs: - Allergének diófélék, glutén, szezámmag, szója, szulfitek, tejféle, tojás		



Veszprémi Érseki Főiskola

8200 Veszprém
Jutasi út 18/2.

ÉTLAP

2026. 9. hét (2026.02.23. - 2026.03.01.)

Óvoda

Korcsoport: 4 - 6 év

IKR-Élelmezési program [V: 4.3.0.2] © Info-Set Kft.

2026.02.19. 6:33

3. / 3. oldal

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

Uzsonna - A

	Félbarna kenyér.	Graham kenyér.tk.
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: -
Allergének	diófélék, glutén, szezámmag, szója, tejjéle, tojás	diófélék, glutén, szezámmag, szója, tejjéle, tojás

SEnergia-A	1098,79kcal	1044,36kcal	1099,65kcal	1084,65kcal	1092,49kcal
------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------

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