

	2026.02.02. hétfő	2026.02.03. kedd	2026.02.04. szerda	2026.02.05. csütörtök	2026.02.06. péntek	2026.02.07. szombat
Tízórai	Gyümölcstea Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Retek	Tej 2,8%-os Mézes vajas kenyér	Tej 2,8%-os Vaniliás croissant	Kakaó Medve sajt Zsemle Kápia paprika	Mézes gyümölcstea Trappista sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér TV paprika	
Ebéd	Szilvaleves Milánói makaróni Alma	Málgombóclevés Sárgaborsó főzelék Sült debreceni kolbász Teljes kiőrlésű kenyér	Zellerkrémleves Zöldbúzsesztergács csirkecomb Rizs Káposztasaláta	Karfiolleves Zöldbabfőzelék Pulyka apró pecsenye Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcslé 100%-os Pusztai pörkölt Csemege uborka Búza kenyér	
Uzsonna	Puding	Köményes stangli Mandarin	Teljes kiőrlésű keksz	Zöldség szelet	Tepertős pogácsa	
Tápérték össz.	En: 4426 kJ /1054 kcal Fehérje: 34,3 gr Sznh.: 412,2 gr Cukor:34,6gr Só:3,2 grZsír:31,7 grTzs:1,4 gr Kalc:0 gr	En: 5460 kJ /1300 kcal Fehérje: 41,8 gr Sznh.: 162,7 gr Cukor:13,7gr Só:4,4 grZsír:41,4 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5186 kJ /1235 kcal Fehérje: 60,1 gr Sznh.: 132,6 gr Cukor:24,1gr Só:4,6 grZsír:41,4 grTzs:4,6 gr Kalc:0 gr	En: 4812 kJ /1146 kcal Fehérje: 50,1 gr Sznh.: 124 gr Cukor:15,5gr Só:4 grZsír:38,7 grTzs:1,3 gr Kalc:0 gr	En: 5405 kJ /1287 kcal Fehérje: 34,6 gr Sznh.: 111,4 gr Cukor:32,7gr Só:2,2 grZsír:31,1 grTzs:0,2 gr Kalc:0 gr	
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Dió, Zeller, Mustár, Szezám	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	

Heti étlap: 2026.02.09. - 2026.02.14. a-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év

Gárdonyi Óvoda, 2484 Gárdony, Agárd, Iskola u.2.

2026.02.09. hétfő

2026.02.10. kedd

2026.02.11. szerda

2026.02.12. csütörtök

2026.02.13. péntek

2026.02.14. szombat

Tízórai	Tej 2,8%-os Paprikás szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kaliforniai paprika	Gyümölcsle 100%-os Baromfi párizsi Margarin Formakenyér Paradicsom	Gyümölcstea Libazsíros kenyér lilahagymával			
Ebéd	Tárkonyos sertésraguleves Mákos nudli	Grízgombóc leves Finomfőzelék Csirke falatok Teljes kiőrlésű kenyér	Babgulyás Fánk Búza kenyér Banán			
Uzsonna	Napraforgómagos roppancs	Krumplis pogácsa	Sajt tekercs Teljes kiőrlésű zsemle			
Tápérték össz.	En: 5315 kJ /1265 kcal Fehérje: 41,2 gr Sznh.: 149,6 gr Cuk:5,9gr Só:4,6 grZsír:51 grTzs:3,5 gr Kalc:0 gr	En: 4892 kJ /1165 kcal Fehérje: 37,8 gr Sznh.: 156,4 gr Cuk:29,8gr Só:4,8 grZsír:50,8 grTzs:3,1 gr Kalc:0 gr	En: 4446 kJ /1058 kcal Fehérje: 38,9 gr Sznh.: 192,4 gr Cuk:13gr Só:3,3 grZsír:24,9 grTzs:1,4 gr Kalc:0 gr			
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller			

Heti étlap: 2026.02.16. - 2026.02.21. a-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év

Gárdonyi Óvoda, 2484 Gárdony, Agárd, Iskola u.2.

2026.02.16. hétfő

2026.02.17. kedd

2026.02.18. szerda

2026.02.19. csütörtök

2026.02.20. péntek

2026.02.21. szombat

Tízórai	Kakaó Vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kápi paprika	Mézes gyümölcstea Csirkemell sonka Margarin Formakenyér TV paprika	Gyümölcs joghurt Teljes kiőrlésű kifli	Tej 2,8%-os Kakaós csiga	Gyümölcstea Snidlinges májas Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóuborka	
Ebéd	Kolbászos burgonyaleves Csokis gombóc Narancs	Tarhonyaleves Zöldborsófőzelék Dinó Teljes kiőrlésű kenyér	Meggyleves Bácskai rizses hús Céklasaláta	Gyümölcslé 100%-os Paprikás burgonya virslivel Csemege uborka Búza kenyér	Tojásleves Vadasmártás sertéshússal Főtt tészta	
Uzsonna	Perec	Krémtúró	Sajtos rúd Alma	Teljes kiőrlésű keksz Mandarin	Graham keksz	
Tápérték össz.	En: 5400 kJ /1286 kcal Fehérje: 30,1 gr Szh.: 217,8 gr Cukor: 17,2 gr Só: 3,3 gr Zsír: 23,2 gr Tsz: 3,6 gr Kalc: 0 gr	En: 4659 kJ /1109 kcal Fehérje: 44,7 gr Szh.: 129,1 gr Cukor: 20 gr Só: 3,9 gr Zsír: 33,3 gr Tsz: 4 gr Kalc: 0 gr	En: 4825 kJ /1149 kcal Fehérje: 46,3 gr Szh.: 333,7 gr Cukor: 51,6 gr Só: 3,3 gr Zsír: 34,3 gr Tsz: 3,6 gr Kalc: 0 gr	En: 5298 kJ /1261 kcal Fehérje: 38,7 gr Szh.: 124,3 gr Cukor: 45 gr Só: 2,4 gr Zsír: 33,7 gr Tsz: 10 gr Kalc: 0 gr	En: 4370 kJ /1040 kcal Fehérje: 39,7 gr Szh.: 120,7 gr Cukor: 22 gr Só: 3,6 gr Zsír: 36,5 gr Tsz: 3,6 gr Kalc: 0 gr	
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	

Heti étlap: 2026.02.23. - 2026.02.28. a-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év

Gárdonyi Óvoda, 2484 Gárdony, Agárd, Iskola u.2.

	2026.02.23. hétfő	2026.02.24. kedd	2026.02.25. szerda	2026.02.26. csütörtök	2026.02.27. péntek	2026.02.28. szombat
Tízórai	Gyümölcs tea Zöldséges tavaszi felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcs tea Téliszalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kaliforniai paprika	Tej 2,8%-os Túrós batyu	Gyümölcs tea Mozzarella sajtrúd Kifli Paradicsom	Tej 2,8%-os Lekváros vajás kenyér	
Ebéd	Zsemlekockaleves Mediterrán penne tésztával Mandarin	Hús gombóc leves Lencsefőzelék Fasírt Burgonyás kenyér	Hagymakrémléves Rántott camembert sajt áfonyalekvárral Rizs	Csontleves tésztával Kelkáposzta főzelék Pulyka pörkölt Teljes kiőrlésű kenyér	Zöldborsó leves Csemege karaj Majonézes burgonya	
Uzsonna	Sajtos háromszög	Tejberizs	Köményes stangli Almalé 100%-os	Pizzás csiga	Zabrudli Alma	
Tápérték össz.	En: 4324 kJ / 1030 kcal Fehérje: 33,4 gr Szh.: 148,8 gr Cukor: 16 gr Só: 3,9 gr Zsír: 34,9 gr Tsz: 3,5 gr Kalc: 0 gr	En: 5083 kJ / 1210 kcal Fehérje: 54 gr Szh.: 145,9 gr Cukor: 22,7 gr Só: 3,3 gr Zsír: 44 gr Tsz: 1,3 gr Kalc: 0 gr	En: 5487 kJ / 1306 kcal Fehérje: 33,4 gr Szh.: 145 gr Cukor: 35,5 gr Só: 3,8 gr Zsír: 37,1 gr Tsz: 7,6 gr Kalc: 0 gr	En: 4282 kJ / 1020 kcal Fehérje: 60,1 gr Szh.: 143,5 gr Cukor: 16,5 gr Só: 3,6 gr Zsír: 46,2 gr Tsz: 5,2 gr Kalc: 0 gr	En: 5214 kJ / 1241 kcal Fehérje: 44,6 gr Szh.: 259,9 gr Cukor: 17,2 gr Só: 3,9 gr Zsír: 53,6 gr Tsz: 0,3 gr Kalc: 0 gr	
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Dió, Zeller, Mustár, Szezám mag	