

Heti étlap: 2026.05.04. - 2026.05.09. a-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év

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

	2026.05.04. hétfő	2026.05.05. kedd	2026.05.06. szerda	2026.05.07. csütörtök	2026.05.08. péntek	2026.05.09. szombat
Tízórai	Tej 2,8%-os Zöldséges tavaszi felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcs tea Halkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kávia paprika	Gyümölcs tea Libazsíros kenyér lilahagymával	Gyümölcs joghurt Kifli	Gyümölcslé 100%-os Téliszalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom	
Ebéd	Palócleves Lekváros bukta Alma	Húsgombóclevés Tökfőzelék Sertéspörkölt Kukoricás kenyér	Fejtettbaleves Mézes-tejszínes csirkeragu Rizs	Burgonyaleves Paradicsomos káposztafőzelék Sertés sült Teljes kiőrlésű kenyér	Karfiolleves Gombapaprikás Főtt tészta Túrórudi	
Uzsonna	Sajtos perec Multivitamin 100%-os	Pizzás csiga	Müzli szelet Banán	Tepertős pogácsa Alma	Gyümölcspüré Vajas kifli	
Tápérték össz.	En: 4961 kJ /1181 kcal Fehérje: 37,3 gr Szh.: 254,6 gr Cuk:50,9gr Só:2,4 grZsír:30,4 grTzs:3,9 gr Kalc:0 gr	En: 5202 kJ /1239 kcal Fehérje: 43,7 gr Szh.: 146 gr Cuk:17,2gr Só:3,5 grZsír:48 grTzs:4,2 gr Kalc:0 gr	En: 4810 kJ /1145 kcal Fehérje: 39,7 gr Szh.: 176,4 gr Cuk:22,2gr Só:3,5 grZsír:35,6 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5388 kJ /1283 kcal Fehérje: 34,8 gr Szh.: 212,1 gr Cuk:20,3gr Só:3,3 grZsír:33,9 grTzs:1,8 gr Kalc:0 gr	En: 5446 kJ /1297 kcal Fehérje: 31,9 gr Szh.: 126,6 gr Cuk:38gr Só:3,8 grZsír:49,8 grTzs:0,4 gr Kalc:0 gr	
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Tej, Dió, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	

Heti étlap: 2026.05.11. - 2026.05.16. a-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év

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

2026.05.11. hétfő

2026.05.12. kedd

2026.05.13. szerda

2026.05.14. csütörtök

2026.05.15. péntek

2026.05.16. szombat

Tízórai	Tej 2,8%-os Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Retek	Kefir Teljes kiőrlésű kifli	Kakaó Snidlinges májas Korpás stangli Kigyóuborka	Gyümölcslé 100%-os Mozzarella sajtrúd Kifli Paradicsom	Gyümölcstea Sertés párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kaliforniai paprika	
Ebéd	Csirkeragu leves Káposztás tészta Banán	Paprikás burgonya virslivel Búza kenyér Csemege uborka Rétes	Paradicsomleves Bácskai rizseshús Céklasaláta	Tarhonyaleves Fejttettab főzelék Pulyka apró pecsenye Búza kenyér	Gyümölcslé 100%-os Panírozott halrúd Bulgur Tartámmártás	
Uzsonna	Köményes stangli Almalé 100%-os	Zab szelet Alma	Krumplis pogácsa	Teljes kiőrlésű keksz	Sajtos rúd	
Tápérték össz.	En: 4738 kJ /1128 kc Fehérje: 41,8 gr Szh.: 145,5 gr Cuk:40,4gr Só:4,8 grZsír:26,2 grTzs:0,2 gr Kalc:0 gr	En: 5457 kJ /1299 kc Fehérje: 41,4 gr Szh.: 382,8 gr Cuk:27,4gr Só:4,2 grZsír:34,4 grTzs:15 gr Kalc:0 gr	En: 5154 kJ /1227 kc Fehérje: 49,7 gr Szh.: 186,3 gr Cuk:18,5gr Só:4,5 grZsír:30,6 grTzs:2,3 gr Kalc:0 gr	En: 5157 kJ /1228 kc Fehérje: 55,8 gr Szh.: 104,9 gr Cuk:40,8gr Só:2,6 grZsír:30,9 grTzs:10,3 gr Kalc:0 gr	En: 4512 kJ /1074 kc Fehérje: 35 gr Szh.: 147 gr Cuk:40,7gr Só:3,6 grZsír:135,1 grTzs:1,4 gr Kalc:0 gr	
Allergén össze- tevék össz.	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Mustár	

Heti étlap: 2026.05.18. - 2026.05.23. a-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év

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

2026.05.18. hétfő

2026.05.19. kedd

2026.05.20. szerda

2026.05.21. csütörtök

2026.05.22. péntek

2026.05.23. szombat

Tízórai	Tej 2,8%-os Trappista sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Újhagyma	Joghurtital Kifli	Gyümölcstea Paprikás szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom	Tej 2,8%-os Kakaós csiga	Gyümölcstea Körözött Teljes kiőrlésű kenyér TV paprika	
Ebéd	Kolbászos burgonyaleves Szilvás nudli	Tojás leves Kelkáposzta főzelék Roston sült csirkemell Rozskenyér	Gombaleves Rántott camembert sajt áfonyamártással Rizs	Grízgombóc leves Rakott zöldbab Teljes kiőrlésű kenyér	Karalábé leves Bolognai spagetti Narancs	
Uzsonna	Pizzás kifli	Zabkeksz Narancs	Napraforgómagos roppancs Őszibaracklé	Sajtos háromszög Alma	Csokis croissant	
Tápérték össz.	En: 5369 kJ /1278 kcal Fehérje: 35,8 gr Szh.: 178,8 gr Cukor: 17,5 gr Sól: 5,2 gr Zsír: 38,6 gr Tsz: 2,7 gr Kalc: 0 gr	En: 4385 kJ /1044 kcal Fehérje: 48,9 gr Szh.: 119 gr Cukor: 22,8 gr Sól: 3,5 gr Zsír: 20,9 gr Tsz: 0 gr Kalc: 0 gr	En: 5412 kJ /1289 kcal Fehérje: 28,7 gr Szh.: 188,8 gr Cukor: 23,2 gr Sól: 4,5 gr Zsír: 39,2 gr Tsz: 11,1 gr Kalc: 0 gr	En: 4692 kJ /1117 kcal Fehérje: 43,4 gr Szh.: 252,1 gr Cukor: 10,8 gr Sól: 3,5 gr Zsír: 36,4 gr Tsz: 6,1 gr Kalc: 0 gr	En: 4961 kJ /1181 kcal Fehérje: 47,9 gr Szh.: 166,6 gr Cukor: 30,2 gr Sól: 4,6 gr Zsír: 57 gr Tsz: 0,1 gr Kalc: 0 gr	
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Dió, Zeller, Mustár	

Heti étlap: 2026.05.25. - 2026.05.30. a-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év

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

2026.05.25. hétfő

2026.05.26. kedd

2026.05.27. szerda

2026.05.28. csütörtök

2026.05.29. péntek

2026.05.30. szombat

Tízórai		Gyümölcstea Krémsajt Teljes kiőrlésű kenyér Kávia paprika	Tej 2,8%-os Mézes vajas kenyér	Kakaó Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Retek	Gyümölcstea Snidlinges vajas kenyér	
Ebéd		Zöldborsóleves Sajtos -tejfölös tészta Alma	Zöldségkrémleves Rántott csirkemell filé Jázmín rizs Házi vegyes vágott savanyúság	Kertészleves Burgonyafőzelék Fokhagymás csirkecsíkok Búza kenyér	Gyümölcslé 100%-os Sertés paprikás Főtt tészta Dörmi piskóta szelet	
Uzsonna		Perec	Kukorica chips	Graham keksz Banán	Medve sajt Kifli	
Tápérték össz.		En: 4598 kJ /1095 kcal Fehérje: 31 gr Szh.: 334,5 gr Cuk:19,6gr Só:3,5 grZsír:38,7 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 4619 kJ /1100 kcal Fehérje: 32,2 gr Szh.: 146,9 gr Cuk:6,3gr Só:3,5 grZsír:36,2 grTzs:2 gr Kalc:0 gr	En: 5426 kJ /1292 kcal Fehérje: 50,1 gr Szh.: 192,8 gr Cuk:17,1gr Só:4,1 grZsír:32,6 grTzs:2,2 gr Kalc:0 gr	En: 4934 kJ /1175 kcal Fehérje: 37,8 gr Szh.: 142,1 gr Cuk:46,2gr Só:3,4 grZsír:34,6 grTzs:1,4 gr Kalc:0 gr	
Allergén össze- tevéők össz.		Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Dió, Zeller	