

Heti étlap: 2026.10.19. - 2026.10.24. a-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év

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

2026.10.19. hétfő

2026.10.20. kedd

2026.10.21. szerda

2026.10.22. csütörtök

2026.10.23. péntek

2026.10.24. szombat

Tízórai	Gyümölcs tea Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka	Gyümölcslé 100%-os Halkrém Formakenyér Kávia paprika	Tej 2,8%-os Kakaós csiga	Gyümölcs joghurt Kifli		
Ebéd	Karfiolleves Túrós nudli Banán	Csontleves tésztával Zöldborsófőzelék Dinó Teljes kiőrlésű kenyér	Hagymakrémleves Borsos pulykatokány Bulgur	Rakott kelkáposzta Teljes kiőrlésű kenyér Lipcsei szelet		
Uzsonna	Pizzás kifli	Medve sajt Kifli	Graham keksz Gyümölcspüré	Napraforgómagos roppancs		
Tápérték össz.	En: 5409 kJ /1288 kcal Fehérje: 28,1 gr Sznh.: 225,9 gr Cuk:30,3gr Só:5,9 grZsír:34,5 grTzs:3,5 gr Kalc:0 gr	En: 5314 kJ /1265 kcal Fehérje: 52,6 gr Sznh.: 167,1 gr Cuk:40,8gr Só:5,3 grZsír:65,4 grTzs:3,9 gr Kalc:0 gr	En: 4768 kJ /1135 kcal Fehérje: 45,7 gr Sznh.: 81,8 gr Cuk:35gr Só:2,9 grZsír:38,5 grTzs:7 gr Kalc:0 gr	En: 5477 kJ /1304 kcal Fehérje: 41,2 gr Sznh.: 152 gr Cuk:36,3gr Só:5,3 grZsír:41,4 grTzs:6,5 gr Kalc:0 gr		
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller		

Heti étlap: 2026.10.12. - 2026.10.17. a-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év

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

2026.10.12. hétfő

2026.10.13. kedd

2026.10.14. szerda

2026.10.15. csütörtök

2026.10.16. péntek

2026.10.17. szombat

Tízórai	Gyümölcsstea Baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom	Gyümölcsle 100%-os Túrókrém füstölt sajttal Teljes kiőrlésű kenyér Kápi paprika	Tej 2,8%-os Fonott kalács	Kakaó Mozzarella sajtrúd Teljes kiőrlésű zsemle Kaliforniai paprika	Mézes gyümölcsstea Snidlinges májas Margarin Teljes kiőrlésű kenyér TV paprika	
Ebéd	Zöldbableves Carbonara spagetti Alma	Gombaleves Sült csirkecomb Gyümölcsmártás Piritott dara	Tarhonyaleves Currys csirkemell Jázmin rizs	Grízgombóc leves Chilis bab Búza kenyér	Zöldségleves Vadasmártás sertéshússal Tésztaköret	
Uzsonna	Tejszelet	Sajtos pogácsa	Müzli szelet Körte	Köményes stangli Őszibaracklé	Citromos ostya Alma	
Tápérték össz.	En: 4491 kJ /1069 kcal Fehérje: 31 gr Szh.: 311,8 gr Cuk:15,5gr Só:5 grZsír:37,5 grTzs:1 gr Kalc:0 gr	En: 5276 kJ /1256 kcal Fehérje: 46,5 gr Szh.: 143 gr Cuk:54,2gr Só:6,2 grZsír:38,1 grTzs:5,4 gr Kalc:0 gr	En: 4465 kJ /1063 kcal Fehérje: 38 gr Szh.: 139,6 gr Cuk:19,2gr Só:2,4 grZsír:25,6 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 4952 kJ /1179 kcal Fehérje: 55,6 gr Szh.: 135,3 gr Cuk:22,2gr Só:3,9 grZsír:30,7 grTzs:2,6 gr Kalc:0 gr	En: 4768 kJ /1135 kcal Fehérje: 40,1 gr Szh.: 312,9 gr Cuk:18,1gr Só:4,2 grZsír:41,6 grTzs:6,7 gr Kalc:0 gr	
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	

Heti étlap: 2026.10.05. - 2026.10.10. a-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év

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

	2026.10.05. hétfő	2026.10.06. kedd	2026.10.07. szerda	2026.10.08. csütörtök	2026.10.09. péntek	2026.10.10. szombat
Tízórai	Tej 2,8%-os Mézes vajas kenyér	Gyümölcs tea Gépsonka Margarin Formakenyér Kígyóuborka	Mézes gyümölcs tea Libazsíros kenyér Illahagymával	Gyümölcslé 100%-os Vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér TV paprika	Tej 2,8%-os Trappista sajt Margarin Zsemle Retek	
Ebéd	Kolbászos burgonyaleves Káposztás tészta Körte	Zsemlekockaleves Lencsefőzelék Sült debreceni Kukoricás kenyér	Májgombóclevés Panírozott sajtos hal Petrezselymes rizs	Csirkebeccsinált leves Tejbegríz kakaósórával	Paradicsomleves Tarhonyás hús Csemege uborka	
Uzsonna	Pizzás csiga (teljes kiőrlésű)	Kefir Teljes kiőrlésű kifli	Mákos búrkifli	Perec	Teljes kiőrlésű keksz Multivitamin 100%-os	
Tápérték össz.	En: 5184 kJ /1234 kcal Fehérje: 36,3 gr Szh.: 177,8 gr Cuk: 7,1gr Só: 3,6 grZsír: 31,4 grTzs: 2,8 gr Kalc: 0 gr	En: 5038 kJ /1199 kcal Fehérje: 49,7 gr Szh.: 156,7 gr Cuk: 12,7gr Só: 3,8 grZsír: 48,4 grTzs: 0,2 gr Kalc: 0 gr	En: 4609 kJ /1097 kcal Fehérje: 34 gr Szh.: 161,6 gr Cuk: 16,2gr Só: 2,8 grZsír: 56,3 grTzs: 1,4 gr Kalc: 0 gr	En: 4783 kJ /1139 kcal Fehérje: 32 gr Szh.: 195,9 gr Cuk: 42,4gr Só: 2,2 grZsír: 20,2 grTzs: 3,8 gr Kalc: 0 gr	En: 5436 kJ /1294 kcal Fehérje: 49,5 gr Szh.: 136,7 gr Cuk: 47,3gr Só: 3,8 grZsír: 40,7 grTzs: 6,7 gr Kalc: 0 gr	
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Hal, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Zeller	