

Prizma-Junior Közétkeztetési Zrt.
1134 Budapest, Róbert Károly körút 76-78

Üzem: 0035
1165 Bp., Hunyadvár utca 16.
Telefon: - Fax: -

Étlap

normál

2026.08.17. - 2026.08.23.



Nyomtatás: 2026.08.13. 4:40

Nyomtatva: Danis Henrietta

Cinkotai Huncutka Óvoda (Vágás u. 54.)

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő

08.17

Citomos limonádé
Körözött
Zsemle, vizes Paning Kft.

Zöldborsóleves
Savanyú vetrece
Durum főtt tészta köret

Soproni felvágott
Delma margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Kígyóborka

Kedd

08.18

Tej
Csokoládés gabonagolyó TK

Eresztett tojás leves
Mexikói sertés ragu
Párolt rizs

Diákcsemege
Delma margarin
Teljes kiőrlésű rozs zsemle
50g Paning
Paradicsom

Szerda

08.19

Gyümölcs tea
Sajtkrém natúr
Kenyer félbarna szeletelt
Zöldpaprika

Csontleves
Sertésvagdalt
Tejfölös burgonyafőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Briós

Csütörtök

08.20

Péntek

08.21



JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

Az étlap esetleges változásáért elnézésüket kérjük!

Készült a VITÁL ERP 10 rendszerrel. Copyright © NYÁRÁDI Pénzügyi Tanácsadó Kft. (info@nyaradi.hu)

	Hétfő 08.17	Kedd 08.18	Szerda 08.19	Csütörtök 08.20	Péntek 08.21
tízórai	Citomos limonádé (12) EN:473.68 kJ; 113.33 kcal; FH:0.12 g; SZH:26.84 g; ZS:0.11 g; SÓ:0.00 mg; CK:26.41 g; Körözött (1;5;6;7;8;9;10) EN:195.46 kJ; 46.76 kcal; FH:2.05 g; SZH:0.76 g; ZS:3.92 g; TS:1.94 g; SÓ:0.49 mg; CK:0.70 g; Zsemle, vizes Paning Kft. (1) EN:570.99 kJ; 136.60 kcal; FH:4.70 g; SZH:28.50 g; ZS:0.35 g; TS:0.13 g; SÓ:0.79 mg; CK:0.25 g;	Tej (7) EN:372.00 kJ; 88.00 kcal; FH:6.00 g; SZH:9.40 g; ZS:3.00 g; TS:2.00 g; SÓ:0.27 mg; CK:9.40 g; Csokoládés gabonagolyó TK (1;5;6;7;8;11) EN:313.60 kJ; 94.00 kcal; FH:1.78 g; SZH:13.80 g; ZS:0.84 g; TS:0.30 g; SÓ:0.00 mg; CK:5.00 g;	Gyümölcs tea (12) EN:123.58 kJ; 29.57 kcal; FH:0.02 g; SZH:7.17 g; ZS:0.01 g; TS:0.00 g; SÓ:0.00 mg; CK:7.04 g; Sajtkrém natúr (7) EN:133.80 kJ; 32.20 kcal; FH:2.20 g; SZH:0.84 g; ZS:2.20 g; TS:1.38 g; SÓ:0.25 mg; CK:0.72 g; Kenyer félbarna szeletelt (1;6) EN:540.54 kJ; 129.31 kcal; FH:4.90 g; SZH:26.15 g; ZS:0.50 g; TS:0.15 g; SÓ:1.00 mg; CK:0.10 g; Zöldpaprika EN:16.80 kJ; 4.00 kcal; FH:0.18 g; SZH:0.58 g; ZS:0.04 g; TS:0.02 g; SÓ:0.00 mg; CK:0.48 g;		
ebéd	Zöldborsóleves (1;3;12) EN:469.76 kJ; 112.75 kcal; FH:5.14 g; SZH:15.80 g; ZS:3.14 g; TS:0.41 g; SÓ:0.31 mg; CK:3.50 g; Savanyú vetrece (1;3;6;7;9;10;12) EN:1060.60 kJ; 254.18 kcal; FH:11.61 g; SZH:5.55 g; ZS:20.49 g; TS:6.98 g; SÓ:0.62 mg; CK:2.05 g; Durum főtt tészta köret (1;3) EN:1267.17 kJ; 304.04 kcal; FH:8.75 g; SZH:51.10 g; ZS:7.05 g; TS:0.73 g; SÓ:0.56 mg; CK:0.77 g;	Eresztett tojás leves (1;3;10;12) EN:552.59 kJ; 133.38 kcal; FH:3.16 g; SZH:8.06 g; ZS:9.80 g; TS:1.36 g; SÓ:0.54 mg; CK:0.15 g; Mexikói sertés ragu (1;9;12) EN:963.12 kJ; 230.84 kcal; FH:11.97 g; SZH:13.99 g; ZS:14.09 g; TS:4.21 g; SÓ:0.63 mg; CK:2.11 g; Párolt rizs (12) EN:1209.54 kJ; 290.08 kcal; FH:5.05 g; SZH:54.63 g; ZS:5.57 g; TS:0.74 g; SÓ:0.61 mg; CK:0.10 g;		Csontleves (1;3;6;7;9;10;12) EN:143.57 kJ; 34.57 kcal; FH:0.77 g; SZH:4.01 g; ZS:1.64 g; TS:0.21 g; SÓ:0.42 mg; CK:1.02 g; Sertésvagdalt (1;3;5;6;7;8;10;12) EN:952.78 kJ; 228.23 kcal; FH:10.41 g; SZH:18.39 g; ZS:12.45 g; TS:3.84 g; SÓ:1.13 mg; CK:0.96 g; Tefjós burgonyafőzelék (1;7;12) EN:992.09 kJ; 238.08 kcal; FH:4.95 g; SZH:32.78 g; ZS:9.39 g; TS:2.65 g; SÓ:0.52 mg; CK:1.87 g; Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:322.81 kJ; 77.22 kcal; FH:3.03 g; SZH:14.97 g; ZS:0.54 g; TS:0.09 g; SÓ:0.35 mg;	
uzsonna	Soproni felvágott EN:199.08 kJ; 47.62 kcal; FH:3.26 g; SZH:0.04 g; ZS:3.80 g; TS:1.41 g; SÓ:0.56 mg; Delma margarin (7) EN:135.66 kJ; 32.46 kcal; FH:0.16 g; SZH:0.04 g; ZS:3.50 g; TS:0.95 g; SÓ:0.10 mg; Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:538.02 kJ; 128.70 kcal; FH:5.05 g; SZH:24.95 g; ZS:0.90 g; TS:0.15 g; SÓ:0.58 mg; Kigyóborka (12) EN:12.40 kJ; 3.00 kcal; FH:0.14 g; SZH:0.62 g; ZS:0.02 g; SÓ:0.01 mg; CK:0.34 g;	Diákcsemege (6) EN:216.93 kJ; 51.90 kcal; FH:2.51 g; SZH:0.03 g; ZS:4.61 g; TS:1.77 g; SÓ:0.43 mg; Delma margarin (7) EN:135.66 kJ; 32.46 kcal; FH:0.16 g; SZH:0.04 g; ZS:3.50 g; TS:0.95 g; SÓ:0.10 mg; Teljes kiőrlésű rozs zsemle 50g Paning (1) EN:526.80 kJ; 126.03 kcal; FH:5.34 g; SZH:24.28 g; ZS:0.77 g; TS:0.07 g; SÓ:0.56 mg; Paradicsom EN:15.00 kJ; 3.60 kcal; FH:0.18 g; SZH:0.26 g; ZS:0.04 g; TS:0.00 g; SÓ:0.00 mg; CK:0.24 g;	Brió (1;3;6;7;8;9;10;11) EN:1165.50 kJ; 275.80 kcal; FH:6.44 g; SZH:51.80 g; ZS:4.55 g; TS:2.31 g; SÓ:0.00 mg; CK:19.25 g;		

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia: kJ/adag); (energia: kcal/adag); FH(fehérje: g/adag); SZH(szénhidrát: g/adag); ZS(zsír: g/adag); TS(telített zsírsav: g/adag); SÓ(nátrium: mg/adag); CK(cukor: g/adag). Allergének: 1-Glütén; 2-Rakfélék; 3-Tojás; 4-Hal; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej; laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfidok; 13-Csilagfű; 14-Puhatestűek.