Tápióbicskei Polgármesteri Hivatal - 2764 Tápióbicske, Rákóczi Ferenc út 93.

2026.09.21. - 2026.09.27. (39. hét) **4-6 éves**

A változtatás jogát fenntartjuk.

	Hétfő szeptember 21.	Kedd szeptember 22.	Szerda szeptember 23.	Csütörtök szeptember 24.	Péntek szeptember 25.
Tízórai	Citromos tea Kenőmájas teljes kiőrlésű kenyér (A: Glu; FA: Toj) Paprika	Karamellás tej (A: Tej) Kifli (A: Glu) Zöldséges felvágott	Limonádé Zsemle (FA: Tej) Kocka sonka (A: Szó; FA: Glu) Kígyóuborka	Kakaó (A: Tej) Kuglóf (A: Glu; FA: Toj)	Tea Melegszendvics (A: Glu, Szó, Zel; FA: Toj)
	E: 219 F: 7,1 Zs: 2,3 Sz: 41,9 Tzs 0,0 C: 10,1 S: 0,00 Ca: 0	E: 219 F: 8,3 Zs: 6,3 Sz: 30,8 Tzs 0,0 C: 10,0 S: 0,00 Ca: 0	E: 198 F: 6,4 Zs: 6,3 Sz: 27,8 Tzs 0,0 C: 11,6 S: 0,00 Ca: 0	E: 383 F: 11,2 Zs: 10,1 Sz: 60,3 Tzs 0,1 C: 13,0 S: 0,01 Ca: 0	E: 147 F: 5,5 Zs: 1,2 Sz: 28,2 Tzs 0,3 C: 0,2 S: 0,23 Ca: 0
Ebéd	Raguleves Grízes metélt (A: Toj) Sárgabarack dzsem	Zellerkocka leves (A: Glu, Toj) Lecsós csirkemáj Főtt burgonya	Sárgarépa korong leves (A: Glu, Toj) Paradicsomos húsgombóc (A: Toj) Teljes kiőrlésű kenyér (A: Glu; FA: Toj)	Brokkoli krémleves (A: Tej) Zsemlekocka Sült hús Bulgur Vegyesvágott savanyúság	Burgonyaleves kolbásszal (A: Tej) Túrós derelye (A: Tej, Toj) Tejföl (A: Tej)
	E: 776 F: 22,9 Zs: 12,3 Sz: 138,4 Tzs 0,0 C: 7,9 S: 0,00 Ca: 0	E: *.*** F: ***,* Zs: 606,5 Sz: ***,* Tzs 0,0 C: 200,2 S: 0,13 Ca: 0	E: 644 F: 16,7 Zs: 30,9 Sz: 68,5 Tzs 0,0 C: 9,5 S: 1,21 Ca: 0	E: *.*** F: ***,* Zs: ***,* Sz: 251,6 Tzs 0,1 C: 0,7 S: 0,00 Ca: 0	E: 560 F: 18,8 Zs: 14,3 Sz: 86,4 Tzs 0,1 C: 13,7 S: 0,29 Ca: 0
Uzsonna	Margarinos teljes kiőrlésű kenyér (A: Glu; FA: Tej, Toj) Szeletelt csemege szalámi (FA: Szó)	Almás pite (A: Tej, Toj, Dió; FA: Tej, FMo)	Mézes margarin (FA: Tej) Teljes kiőrlésű kenyér (A: Glu; FA: Toj)	Tepertőkrémes teljeskiőrlésű kenyér (A: Glu; FA: Tej, Toj)	Zöldfűszeres vajkrémes teljes kiőrlésű kenyér (A: Glu; FA: Tej, Toj) Alma (A: Tej, Dió; FA: FMo)
	E: 286 F: 8,0 Zs: 16,1 Sz: 26,2 Tzs 0,0 C: 0,0 S: 0,00 Ca: 0	E: 258 F: 6,7 Zs: 4,0 Sz: 48,1 Tzs 0,0 C: 14,5 S: 0,00 Ca: 0	E: 141 F: 2,8 Zs: 5,8 Sz: 19,3 Tzs 0,0 C: 4,1 S: 0,00 Ca: 0	E: 168 F: 4,3 Zs: 10,1 Sz: 15,2 Tzs 0,0 C: 0,0 S: 0,04 Ca: 0	E: *.*** F: ***,* Zs: ***,* Sz: ***,* Tzs 0,0 C: 11,0 S: 0,00 Ca: 0

E: energia (kcal), Teljes tápanyagtartalom: F: fehérje (g), Zs: zsír (g), Tzs: telített zsírsavak (g), Sz: szénhidrát (g), C: cukor (g), S: só (g), Ca: kalcium (mg).

Allergének jelölései: Glu: glutén; Tej: tejtermék (laktóz); Toj: tojás; Szó: szója; FMo: földimogyoró; Dió: diófélék; Zel: zeller

élelmezésvezető

Tápióbicskei Polgármesteri Hivatal - 2764 Tápióbicske, Rákóczi Ferenc út 93.

2026.09.21. - 2026.09.27. (39. hét) **7-10 éves**

A változtatás jogát fenntartjuk.

	Hétfő szeptember 21.	Kedd szeptember 22.	Szerda szeptember 23.	Csütörtök szeptember 24.	Péntek szeptember 25.
Tízórai	Citromos tea Kenőmájas teljes kiőrlésű kenyér (A: Glu; FA: Toj) Paprika	Karamellás tej (A: Tej) Kifli (A: Glu) Zöldséges felvágott	Limonádé Zsemle (FA: Tej) Kocka sonka (A: Szó; FA: Glu) Kígyóuborka	Kakaó (A: Tej) Kuglóf (A: Glu; FA: Toj)	Tea Melegszendvics (A: Glu, Szó, Zel; FA: Toj)
	E: 238 F: 8,0 Zs: 3,9 Sz: 42,0 Tzs 0,0 C: 10,1 S: 0,00 Ca: 0	E: 346 F: 12,1 Zs: 8,2 Sz: 54,0 Tzs 0,0 C: 20,0 S: 0,00 Ca: 0	E: 307 F: 9,1 Zs: 9,8 Sz: 44,0 Tzs 0,0 C: 13,1 S: 0,00 Ca: 0	E: 453 F: 13,3 Zs: 12,1 Sz: 70,8 Tzs 0,1 C: 16,0 S: 0,02 Ca: 0	E: 177 F: 6,7 Zs: 1,5 Sz: 34,1 Tzs 0,3 C: 0,2 S: 0,30 Ca: 0
Ebéd	Raguleves Grízes metélt (A: Toj) Sárgabarack dzsem	Zellerkocka leves (A: Glu, Toj) Lecsós csirkemáj Főtt burgonya	Sárgarépa korong leves (A: Glu, Toj) Paradicsomos húsgombóc (A: Toj) Teljes kiőrlésű kenyér (A: Glu; FA: Toj)	Brokkoli krémleves (A: Tej) Zsemlekocka Sült hús Bulgur Vegyesvágott savanyúság	Burgonyaleves kolbásszal (A: Tej) Túrós derelye (A: Tej, Toj) Tejföl (A: Tej)
	E: 909 F: 26,3 Zs: 15,7 Sz: 159,1 Tzs 0,0 C: 9,0 S: 0,00 Ca: 0	E: *.*** F: ***,* Zs: 907,9 Sz: ***,* Tzs 0,0 C: 300,2 S: 0,19 Ca: 0	E: 806 F: 21,4 Zs: 36,5 Sz: 90,1 Tzs 0,0 C: 10,7 S: 1,51 Ca: 0	E: *.*** F: ***,* Zs: ***,* Sz: 300,4 Tzs 0,1 C: 0,9 S: 0,00 Ca: 0	E: 655 F: 22,6 Zs: 16,5 Sz: 101,3 Tzs 0,1 C: 15,9 S: 0,34 Ca: 0
Uzsonna	Margarinos teljes kiőrlésű kenyér (A: Glu; FA: Tej, Toj) Szeletelt csemege szalámi (FA: Szó)	Almás pite (A: Tej, Toj, Dió; FA: Tej, FMo)	Mézes margarin (FA: Tej) Teljes kiőrlésű kenyér (A: Glu; FA: Toj)	Tepertőkrémes teljeskiőrlésű kenyér (A: Glu; FA: Tej, Toj)	Zöldfűszeres vajkrémes teljes kiőrlésű kenyér (A: Glu; FA: Tej, Toj) Alma (A: Tej, Dió; FA: FMo)
	E: 336 F: 9,0 Zs: 18,9 Sz: 31,4 Tzs 0,0 C: 0,0 S: 0,00 Ca: 0	E: 309 F: 8,0 Zs: 4,2 Sz: 59,1 Tzs 0,0 C: 17,6 S: 0,00 Ca: 0	E: 180 F: 4,3 Zs: 5,9 Sz: 27,1 Tzs 0,0 C: 4,1 S: 0,00 Ca: 0	E: 232 F: 6,1 Zs: 12,7 Sz: 23,0 Tzs 0,0 C: 0,0 S: 0,05 Ca: 0	E: *.*** F: ***,* Zs: ***,* Sz: ***,* Tzs 0,0 C: 12,0 S: 0,00 Ca: 0

E: energia (kcal), Teljes tápanyagtartalom: F: fehérje (g), Zs: zsír (g), Tzs: telített zsírsavak (g), Sz: szénhidrát (g), C: cukor (g), S: só (g), Ca: kalcium (mg).

Allergének jelölései: Glu: glutén; Tej: tejtermék (laktóz); Toj: tojás; Szó: szója; FMo: földimogyoró; Dió: diófélék; Zel: zeller

élelmezésvezető

Tápióbicskei Polgármesteri Hivatal - 2764 Tápióbicske, Rákóczi Ferenc út 93.

2026.09.21. - 2026.09.27. (39. hét) **11-14 éves**

A változtatás jogát fenntartjuk.

	Hétfő szeptember 21.	Kedd szeptember 22.	Szerda szeptember 23.	Csütörtök szeptember 24.	Péntek szeptember 25.
Tízórai	Citromos tea Kenőmájas teljes kiőrlésű kenyér (A: Glu; FA: Toj) Paprika	Karamellás tej (A: Tej) Kifli (A: Glu) Zöldséges felvágott	Limonádé Zsemle (FA: Tej) Kocka sonka (A: Szó; FA: Glu) Kígyóuborka	Kakaó (A: Tej) Kuglóf (A: Glu; FA: Toj)	Tea Melegszendvics (A: Glu, Szó, Zel; FA: Toj)
	E: 238 F: 8,1 Zs: 3,9 Sz: 42,1 Tzs 0,0 C: 10,1 S: 0,00 Ca: 0	E: 386 F: 12,1 Zs: 8,2 Sz: 64,0 Tzs 0,0 C: 30,0 S: 0,00 Ca: 0	E: 315 F: 9,1 Zs: 9,8 Sz: 46,1 Tzs 0,0 C: 15,1 S: 0,00 Ca: 0	E: 488 F: 14,3 Zs: 12,9 Sz: 76,6 Tzs 0,1 C: 16,0 S: 0,02 Ca: 0	E: 203 F: 7,7 Zs: 1,6 Sz: 39,3 Tzs 0,3 C: 0,2 S: 0,30 Ca: 0
Ebéd	Raguleves Grízes metélt (A: Toj) Sárgabarack dzsem	Zellerkocka leves (A: Glu, Toj) Lecsós csirkemáj Főtt burgonya	Sárgarépa korong leves (A: Glu, Toj) Paradicsomos húsgombóc (A: Toj) Teljes kiőrlésű kenyér (A: Glu; FA: Toj)	Brokkoli krémleves (A: Tej) Zsemlekocka Sült hús Bulgur Vegyesvágott savanyúság	Burgonyaleves kolbásszal (A: Tej) Túrós derelye (A: Tej, Toj) Tejföl (A: Tej)
	E: 1.012 F: 32,8 Zs: 18,6 Sz: 171,2 Tzs 0,0 C: 10,2 S: 0,00 Ca: 0	E: *.*** F: ***,* Zs: 909,3 Sz: ***,* Tzs 0,0 C: 300,2 S: 0,19 Ca: 0	E: 920 F: 24,4 Zs: 42,0 Sz: 104,3 Tzs 0,1 C: 12,9 S: 1,81 Ca: 0	E: *.*** F: ***,* Zs: ***,* Sz: 348,7 Tzs 0,2 C: 0,9 S: 0,00 Ca: 0	E: 789 F: 27,4 Zs: 21,6 Sz: 117,7 Tzs 0,1 C: 18,1 S: 0,40 Ca: 0
Uzsonna	Margarinos teljes kiőrlésű kenyér (A: Glu; FA: Tej, Toj) Szeletelt csemege szalámi (FA: Szó)	Almás pite (A: Tej, Toj, Dió; FA: Tej, FMo)	Mézes margarin (FA: Tej) Teljes kiőrlésű kenyér (A: Glu; FA: Toj)	Tepertőkrémes teljeskiőrlésű kenyér (A: Glu; FA: Tej, Toj)	Zöldfűszeres vajkrémes teljes kiőrlésű kenyér (A: Glu; FA: Tej, Toj) Alma (A: Tej, Dió; FA: FMo)
	E: 362 F: 10,0 Zs: 19,0 Sz: 36,6 Tzs 0,0 C: 0,0 S: 0,00 Ca: 0	E: 373 F: 9,6 Zs: 5,5 Sz: 70,8 Tzs 0,0 C: 20,7 S: 0,00 Ca: 0	E: 249 F: 4,3 Zs: 11,4 Sz: 32,0 Tzs 0,0 C: 9,0 S: 0,00 Ca: 0	E: 255 F: 6,5 Zs: 15,1 Sz: 23,0 Tzs 0,0 C: 0,0 S: 0,06 Ca: 0	E: *.*** F: ***,* Zs: ***,* Sz: ***,* Tzs 0,0 C: 15,0 S: 0,00 Ca: 0

E: energia (kcal), Teljes tápanyagtartalom: F: fehérje (g), Zs: zsír (g), Tzs: telített zsírsavak (g), Sz: szénhidrát (g), C: cukor (g), S: só (g), Ca: kalcium (mg).

Allergének jelölései: Glu: glutén; Tej: tejtermék (laktóz); Toj: tojás; Szó: szója; FMo: földimogyoró; Dió: diófélék; Zel: zeller

élelmezésvezető

Tápióbicskei Polgármesteri Hivatal - 2764 Tápióbicske, Rákóczi Ferenc út 93.

2026.09.21. - 2026.09.27. (39. hét) **60 év felett**

A változtatás jogát fenntartjuk.

	Hétfő szeptember 21.				Kedd szeptember 22.				Szerda szeptember 23.				Csütörtök szeptember 24.				Péntek szeptember 25.			
Ebéd	Raguleves Grízes metélt (A: Toj) Sárgabarack dzsem				Zellerkocka leves (A: Glu, Toj) Lecsós csirkemáj Főtt burgonya				Sárgarépa korong leves (A: Glu, Toj) Paradicsomos húsgombóc (A: Toj) Teljes kiőrlésű kenyér (A: Glu; FA: Toj)				Brokkoli krémleves (A: Tej) Zsemlekocka Sült hús Bulgur Vegyesvágott savanyúság				Burgonyaleves kolbásszal (A: Tej) Túrós derelye (A: Tej, Toj) Tejföl (A: Tej)			
	E:	913	F:	35,9	E:	486	F:	29,6	E:	234	F:	4,3	E:	707	F:	13,9	E:	875	F:	29,6
	Zs:	21,0	Sz:	138,3	Zs:	11,1	Sz:	64,2	Zs:	7,5	Sz:	35,9	Zs:	43,2	Sz:	59,9	Zs:	22,9	Sz:	133,5
	Tzs	0,0	C:	11,1	Tzs	0,0	C:	0,3	Tzs	0,0	C:	14,1	Tzs	2,2	C:	2,7	Tzs	0,1	C:	21,3
	S:	0,00	Ca:	0	S:	0,25	Ca:	0	S:	0,00	Ca:	0	S:	4,29	Ca:	0	S:	0,46	Ca:	0

E: energia (kcal), Teljes tápanyagtartalom: F: fehérje (g), Zs: zsír (g), Tzs: telített zsírsavak (g), Sz: szénhidrát (g), C: cukor (g), S: só (g), Ca: kalcium (mg).

Allergének jelölései: Glu: glutén; Tej: tejtermék (laktóz); Toj: tojás

élelmezésvezető