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

2026.09.28. - 2026.10.04. (40. hét) **11-14 éves**

A változtatás jogát fenntartjuk.

	Hétfő szeptember 28.	Kedd szeptember 29.	Szerda szeptember 30.	Csütörtök október 1.	Péntek október 2.
Tízórai	Citromos tea Margarinos teljes kiőrlésű kenyér (A: Glu; FA: Tej, Toj) Zöldséges-sajtos szelet (A: Szó)	Tejeskávé (A: Tej) Korpás zsemle Hullámos sonka (A: Szó; FA: Glu) Paprika	Limonádé Uborkás sajtkrémes korpás buci (A: Tej, Zel)	Karamellás tej (A: Tej) Teljes kiőrlésű kenyér (A: Glu; FA: Toj) Baromfi párizsi (A: Szó) Retek	Tea Zsemle (FA: Tej) Csabai szeletelt kolbász (FA: Szó)
	E: *.*** F: ***,*	E: 502 F: 20,2	E: 51 F: 0,0	E: 427 F: 13,4	E: 321 F: 8,5
	Zs: ***,* Sz: 46,9 Tzs 0,0 C: 10,1	Zs: 12,4 Sz: 74,2 Tzs 0,0 C: 17,3	Zs: 0,0 Sz: 12,5 Tzs 0,0 C: 12,1	Zs: 11,1 Sz: 65,9 Tzs 1,2 C: 30,1	Zs: 16,9 Sz: 32,4 Tzs 0,0 C: 3,0
	S: 0,00 Ca: 0	S: 0,01 Ca: 0	S: 0,00 Ca: 0	S: 0,32 Ca: 0	S: 0,00 Ca: 0
Ebéd	Paradicsomleves Bácskai rizseshús Csemege uborka	Májgaluskaleves (A: Toj) Fejtettbab főzelék (A: Tej) Sertés pörkölt (A: Tej) Teljes kiőrlésű kenyér (A: Glu; FA: Toj)	Tojásleves (A: Toj) Vadas (A: Tej, Mus) Tésztaköret koleszterinmentes	Fahéjas almakocka leves (A: Tej, Dió; FA: FMo) Fasírozott (A: Glu, Toj; FA: Toj) Hagymás burgonya	Kertészleves (A: Glu, Toj) Sajtos-tejszínes csirkemell (A: Tej, Szó; FA: Tej) Bulgur
	E: 708 F: 26,4	E: 1.124 F: 63,1	E: 867 F: 36,4	E: *.*** F: 822,7	E: 797 F: 50,6
	Zs: 24,0 Sz: 91,8 Tzs 0,0 C: 9,3	Zs: 35,7 Sz: 127,7 Tzs 0,0 C: 3,5	Zs: 35,1 Sz: 95,6 Tzs 0,0 C: 8,4	Zs: 41,6 Sz: ***,* Tzs 0,0 C: ***,*	Zs: 23,3 Sz: 102,2 Tzs 0,3 C: 1,0
	S: 0,00 Ca: 0	S: 0,78 Ca: 0	S: 0,00 Ca: 0	S: 1,08 Ca: 0	S: 1,09 Ca: 0
Uzsonna	Kakaókrémes teljes kiőrlésű kenyér (A: Glu, Tej, FMo; FA: Toj)	Kifli (A: Glu) Delma margarin (FA: Szó) Müzli szelet (A: Tej, FMo, Dió)	Gulyáskrémes kenyér (FA: Szó) Alma (	Vaniliás csiga (A: Glu, Tej, Toj)	Briós (A: Toj, Dió; FA: Tej)
	E: 291 F: 7,4	E: 876 F: 6,9	E: 78 F: 0,0	E: 248 F: 3,6	E: 0 F: 0,0
	Zs: 7,3 Sz: 48,8 Tzs 1,9 C: 11,8	Zs: 66,7 Sz: 57,7 Tzs 0,0 C: 0,0	Zs: 0,0 Sz: 21,0 Tzs 0,0 C: 15,0	Zs: 12,3 Sz: 30,7 Tzs 0,0 C: 0,0	Zs: 0,0 Sz: 0,0 Tzs 0,0 C: 0,0
	S: 0,04 Ca: 0	S: 0,00 Ca: 0	S: 0,00 Ca: 0	S: 0,00 Ca: 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; Mus: mustár

élelmezésvezető

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

2026.09.28. - 2026.10.04. (40. hét)

60 év felett

A változtatás jogát fenntartjuk.

	Hétfő szeptember 28.	Kedd szeptember 29.	Szerda szeptember 30.	Csütörtök október 1.	Péntek október 2.
Ebéd	Paradicsomleves Bácskai rizseshús Csemege uborka	Májgaluskaleves (A: Toj) Fejtettbab főzelék (A: Tej) Sertés pörkölt (A: Tej) Teljes kiőrlésű kenyér (A: Glu; FA: Toj)	Tojásleves (A: Toj) Vadas (A: Tej, Mus) Tésztaköret koleszterinmentes	Fahéjas almakocka leves (A: Tej, Dió; FA: FMo) Fasírozott (A: Glu, Toj; FA: Toj) Hagymás burgonya	Kertészleves (A: Glu, Toj) Sajtos-tejszínes csirkemell (A: Tej, Szó; FA: Tej) Bulgur
	E: 803 F: 31,2	E: 1.224 F: 71,8	E: 1.003 F: 43,7	E: 1.110 F: 29,3	E: 329 F: 37,2
	Zs: 28,5 Sz: 100,1 Tzs 0,0 C: 9,3	Zs: 41,6 Sz: 131,1 Tzs 0,0 C: 4,7	Zs: 40,9 Sz: 107,5 Tzs 0,0 C: 8,6	Zs: 57,0 Sz: 117,4 Tzs 0,0 C: 21,5	Zs: 15,2 Sz: 10,0 Tzs 0,0 C: 0,1
	S: 0,00 Ca: 0	S: 1,04 Ca: 0	S: 0,00 Ca: 0	S: 1,50 Ca: 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; Mus: mustár

élelmezésvezető

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

2026.09.28. - 2026.10.04. (40. hét) **7-10 éves**

A változtatás jogát fenntartjuk.

	Hétfő szeptember 28.	Kedd szeptember 29.	Szerda szeptember 30.	Csütörtök október 1.	Péntek október 2.
Tízórai	Citromos tea Margarinos teljes kiőrlésű kenyér (A: Glu; FA: Tej, Toj) Zöldséges-sajtos szelet (A: Szó)	Tejeskávé (A: Tej) Korpás zsemle Hullámos sonka (A: Szó; FA: Glu) Paprika	Limonádé Uborkás sajtkrémes korpás buci (A: Tej, Zel)	Karamellás tej (A: Tej) Teljes kiőrlésű kenyér (A: Glu; FA: Toj) Baromfi párizsi (A: Szó) Retek	Tea Zsemle (FA: Tej) Csabai szeletelt kolbász (FA: Szó)
	E: *.*** F: ***,*	E: 405 F: 16,8	E: 43 F: 0,0	E: 387 F: 13,4	E: 321 F: 8,5
	Zs: ***,* Sz: 41,7 Tzs 0,0 C: 10,1	Zs: 10,1 Sz: 58,9 Tzs 0,0 C: 14,6	Zs: 0,0 Sz: 10,4 Tzs 0,0 C: 10,1	Zs: 11,1 Sz: 55,9 Tzs 1,2 C: 20,1	Zs: 16,9 Sz: 32,4 Tzs 0,0 C: 3,0
	S: 0,00 Ca: 0	S: 0,00 Ca: 0	S: 0,00 Ca: 0	S: 0,32 Ca: 0	S: 0,00 Ca: 0
Ebéd	Paradicsomleves Bácskai rizseshús Csemege uborka	Májgaluskaleves (A: Toj) Fejtettbab főzelék (A: Tej) Sertés pörkölt (A: Tej) Teljes kiőrlésű kenyér (A: Glu; FA: Toj)	Tojásleves (A: Toj) Vadas (A: Tej, Mus) Tésztaköret koleszterinmentes	Fahéjas almakocka leves (A: Tej, Dió; FA: FMo) Fasírozott (A: Glu, Toj; FA: Toj) Hagymás burgonya	Kertészleves (A: Glu, Toj) Sajtos-tejszínes csirkemell (A: Tej, Szó; FA: Tej) Bulgur
	E: 596 F: 22,5	E: 938 F: 52,0	E: 723 F: 30,7	E: *.*** F: 721,4	E: 680 F: 42,2
	Zs: 19,9 Sz: 77,0 Tzs 0,0 C: 6,9	Zs: 28,6 Sz: 110,2 Tzs 0,0 C: 3,4	Zs: 27,9 Sz: 82,0 Tzs 0,0 C: 7,1	Zs: 38,7 Sz: ***,* Tzs 0,0 C: ***,*	Zs: 19,6 Sz: 88,3 Tzs 0,1 C: 0,9
	S: 0,00 Ca: 0	S: 0,65 Ca: 0	S: 0,00 Ca: 0	S: 0,90 Ca: 0	S: 0,91 Ca: 0
Uzsonna	Kakaókrémes teljes kiőrlésű kenyér (A: Glu, Tej, FMo; FA: Toj)	Kifli (A: Glu) Delma margarin (FA: Szó) Müzli szelet (A: Tej, FMo, Dió)	Gulyáskrémes kenyér (FA: Szó) Alma (	Vaniliás csiga (A: Glu, Tej, Toj)	Briós (A: Toj, Dió; FA: Tej)
	E: 265 F: 6,4	E: 709 F: 6,9	E: 63 F: 0,0	E: 248 F: 3,6	E: 0 F: 0,0
	Zs: 7,2 Sz: 43,6 Tzs 1,9 C: 11,8	Zs: 48,7 Sz: 57,7 Tzs 0,0 C: 0,0	Zs: 0,0 Sz: 16,8 Tzs 0,0 C: 12,0	Zs: 12,3 Sz: 30,7 Tzs 0,0 C: 0,0	Zs: 0,0 Sz: 0,0 Tzs 0,0 C: 0,0
	S: 0,04 Ca: 0	S: 0,00 Ca: 0	S: 0,00 Ca: 0	S: 0,00 Ca: 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; Mus: mustár

.....

élelmezésvezető

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

2026.09.28. - 2026.10.04. (40. hét) **4-6 éves**

A változtatás jogát fenntartjuk.

	Hétfő szeptember 28.	Kedd szeptember 29.	Szerda szeptember 30.	Csütörtök október 1.	Péntek október 2.
Tízórai	Citromos tea Margarinos teljes kiőrlésű kenyér (A: Glu; FA: Tej, Toj) Zöldséges-sajtos szelet (A: Szó)	Tejeskávé (A: Tej) Korpás zsemle Hullámos sonka (A: Szó; FA: Glu) Paprika	Limonádé Uborkás sajtkrémes korpás buci (A: Tej, Zel)	Karamellás tej (A: Tej) Teljes kiőrlésű kenyér (A: Glu; FA: Toj) Baromfi párizsi (A: Szó) Retek	Tea Zsemle (FA: Tej) Csabai szeletelt kolbász (FA: Szó)
	E: *.*** F: ***,*	E: 362 F: 15,3	E: 43 F: 0,0	E: 277 F: 10,4	E: 212 F: 5,8
	Zs: ***,* Sz: 36,5	Zs: 8,6 Sz: 53,4	Zs: 0,0 Sz: 10,4	Zs: 9,5 Sz: 35,6	Zs: 13,4 Sz: 16,2
	Tzs 0,0 C: 10,1	Tzs 0,0 C: 12,0	Tzs 0,0 C: 10,1	Tzs 1,2 C: 10,1	Tzs 0,0 C: 1,5
	S: 0,00 Ca: 0	S: 0,00 Ca: 0	S: 0,00 Ca: 0	S: 0,32 Ca: 0	S: 0,00 Ca: 0
Ebéd	Paradicsomleves Bácskai rizseshús Csemege uborka	Májgaluskaleves (A: Toj) Fejtettbab főzelék (A: Tej) Sertés pörkölt (A: Tej) Teljes kiőrlésű kenyér (A: Glu; FA: Toj)	Tojásleves (A: Toj) Vadas (A: Tej, Mus) Tésztaköret koleszterinmentes	Fahéjas almakocka leves (A: Tej, Dió; FA: FMo) Fasírozott (A: Glu, Toj; FA: Toj) Hagymás burgonya	Kertészleves (A: Glu, Toj) Sajtos-tejszínes csirkemell (A: Tej, Szó; FA: Tej) Bulgur
	E: 504 F: 19,2	E: 756 F: 42,3	E: 610 F: 26,5	E: *.*** F: 615,0	E: 579 F: 36,2
	Zs: 17,0 Sz: 65,3	Zs: 24,7 Sz: 84,6	Zs: 23,8 Sz: 68,3	Zs: 24,2 Sz: ***,*	Zs: 16,3 Sz: 75,7
	Tzs 0,0 C: 5,5	Tzs 0,0 C: 2,4	Tzs 0,0 C: 5,0	Tzs 0,0 C: ***,*	Tzs 0,1 C: 0,6
	S: 0,00 Ca: 0	S: 0,52 Ca: 0	S: 0,00 Ca: 0	S: 0,72 Ca: 0	S: 0,73 Ca: 0
Uzsonna	Kakaókrémes teljes kiőrlésű kenyér (A: Glu, Tej, FMo; FA: Toj)	Kifli (A: Glu) Delma margarin (FA: Szó) Müzli szelet (A: Tej, FMo, Dió)	Gulyáskrémes kenyér (FA: Szó) Alma (	Vaniliás csiga (A: Glu, Tej, Toj)	Briós (A: Toj, Dió; FA: Tej)
	E: 213 F: 5,2	E: 326 F: 3,4	E: 57 F: 0,0	E: 248 F: 3,6	E: 0 F: 0,0
	Zs: 5,5 Sz: 35,4	Zs: 21,3 Sz: 28,9	Zs: 0,0 Sz: 15,4	Zs: 12,3 Sz: 30,7	Zs: 0,0 Sz: 0,0
	Tzs 1,4 C: 8,9	Tzs 0,0 C: 0,0	Tzs 0,0 C: 11,0	Tzs 0,0 C: 0,0	Tzs 0,0 C: 0,0
	S: 0,03 Ca: 0	S: 0,00 Ca: 0	S: 0,00 Ca: 0	S: 0,00 Ca: 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; Mus: mustár

élelmezésvezető