



Tételes étlap 2026.05.11. - 2026.05.17.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2026. 05. 11. hétfő (00480) Gyermekek (1-3 év)	R Tej	351,12	84,00	4,50	4,20	0,61	3,98	0,00	0,10			
	Vajkrém, natúr	158,76	37,98	0,25	4,00	1,93	0,20	0,00	0,00			
	Zsemle	308,34	73,77	2,54	0,19	0,07	15,39	0,00	0,43			
	Kígyóuborka	24,57	5,88	0,50	0,05	0,00	0,85	0,00	0,02			
	T Limonádé	44,22	10,58	0,00	0,00	0,00	2,59	2,50	0,00			
	E Főtt virsli bölcsi	775,49	185,52	10,00	16,00	6,13	0,16	0,00	2,00			
	Zöldbabfőzelék	847,46	202,74	8,66	5,08	1,79	28,95	0,00	0,05	 		
	Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01			
	U Gyümölcstea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00			
	Almás-zelleres sajtkrém,bölcsi	20,01	4,79	0,08	0,40	0,23	0,21	0,00	0,01	 		
	Félbarna kenyér	432,43	103,45	3,92	0,40	0,12	20,92	0,00	0,60			
	Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00			
	Összesen:		3 180,95	761,00	31,26	30,76	10,88	84,14	6,50	3,22		





2026. 05. 12. kedd		(00480) Gyermekek (1-3 év)												
2026. 05. 13. szerda	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Erdei gyümölcsös tea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00			
			Párizsi	0,00	0,00	0,00	0,00	- 0,02	0,00	0,00	0,00			
			Margarin	265,60	63,54	0,04	7,00	0,60	0,04	0,00	0,00	0,08		
			Fehérkenyér	438,82	104,98	4,00	0,32	0,12	21,60	0,00	0,24			
			Sörretek	0,00	0,00	0,00	0,00	- 0,01	0,00	0,00	0,00			
		T	Gyümölcslé 100% I-es	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00			
		E	Pulyka aprópecsenye bölcsi	336,97	80,62	9,83	4,15	0,56	4,73	0,00	0,14			
			Tökfőzelék	2 110,95	505,02	16,39	8,09	1,62	89,16	0,00	0,47			
			Banán	351,01	83,97	1,04	0,08	0,00	19,36	0,00	0,04			
		U	Tej	234,08	56,00	3,00	2,80	0,41	2,65	0,00	0,07			
			Kockasajt	251,83	60,25	3,34	5,00	2,97	0,40	0,00	0,40			
			Teljes kiőrlésű kifli	327,09	78,25	2,75	0,70	0,10	14,75	0,16	0,03			
			Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01			
			Összesen:	4 636,36	1 109,19	41,45	28,40	6,37	169,28	4,16	1,48			
		R	Gyümölcstea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00			
	Májkrém	9,20	2,20	0,08	0,20	0,09	0,00	0,47	0,02					
	Teljes kiőrlésű kenyér	395,73	94,67	3,70	0,48	0,02	18,75	0,00	0,32					
	Paprika, kaliforniai	25,80	6,17	0,19	0,06	0,00	1,20	0,00	0,00					



















2026. 05. 13. szerda (00480) Gyermekek (1-3 év)	T	Limonádé	44,22	10,58	0,00	0,00	0,00	2,59	2,50	0,00	
	E	Zöldborsóleves (friss) bölcsi	602,01	144,02	5,13	5,73	1,03	17,67	0,00	1,46	  
		Tejbedara	1 149,76	275,06	10,13	6,43	1,07	39,87	5,00	0,14	 
		Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,00	
	U	Tej	234,08	56,00	3,00	2,80	0,40	2,65	0,00	0,06	
		Csirkemell sonka	4,56	1,09	0,15	0,00	0,01	0,02	0,01	0,02	
		Margarin	265,59	63,54	0,04	7,00	0,60	0,04	0,00	0,08	
		Zsemle	308,33	73,76	2,54	0,19	0,07	15,39	0,00	0,42	
		Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,01	1,60	0,00	0,00	
		Összesen:	3 261,69	780,30	25,69	23,29	3,30	109,47	11,98	2,52	
2026. 05. 14. csütörtök (00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Tej	234,08	56,00	3,00	2,80	0,41	2,65	0,00	0,07	
		Trappista sajt, szelet	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49	 
		Margarin	265,60	63,54	0,04	7,00	0,60	0,04	0,00	0,08	
		Kornspitz	352,00	84,21	3,00	1,00	0,13	15,25	1,01	0,25	 
		Sárgarépa	50,44	12,07	0,36	0,06	0,01	2,43	0,00	0,09	
	T	Gyümölcs tea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00	
	E	Tarhonyás hús	1 511,36	361,57	15,02	16,00	4,25	38,93	0,00	0,87	 
		Cseresznyebefőtt	285,56	68,32	0,45	0,17	0,00	15,83	15,83	0,01	





2026. 05. 14. csütörtök (00480) Gyermek (1-3 év)		U	Citromos tea	27,46	6,57	0,01	0,00	0,00	1,59	1,50	0,00		
			Tonhalpástétom	101,52	24,29	3,71	0,59	0,12	0,76	0,00	0,18	  	
			Fehérkenyér	438,82	104,98	4,00	0,32	0,12	21,60	0,00	0,24		
			Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
			Összesen:	3 679,94	880,38	35,62	33,68	9,21	104,69	22,34	2,28		
2026. 05. 15. péntek (00480) Gyermek (1-3 év)		R	Tej	234,08	56,00	3,00	2,80	0,41	2,65	0,00	0,07		
			Vajkrém,magyaros	15,88	3,80	0,03	0,40	0,19	0,02	0,00	0,00		
			Félbarna kenyér	432,43	103,45	3,92	0,40	0,12	20,92	0,00	0,60		
			Retek	0,61	0,15	0,01	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00		
		T	Gyümölcslé 100% I-es	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00		
		E	Fasírt	617,40	147,70	8,71	9,72	1,83	6,16	0,00	0,31	 	
			Paradicsomos káposzta	960,31	229,74	6,50	8,44	0,92	31,18	3,00	0,79		
			Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
		U	Epres gyümölcstea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00		
			Krémtúró, vaníliás	955,26	228,53	13,10	10,68	5,72	19,32	19,32	0,04	 	
			Kifli	171,30	40,98	1,41	0,11	0,04	8,55	0,00	0,16	 	
			Összesen:	3 786,99	905,98	37,66	33,05	9,23	109,41	26,32	1,98		



