



















Tételes étlap 2026.05.18. - 2026.05.24.

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. 18. hétfő (00480) Gyermekek (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			
	Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01			
	T Gyümölcsstea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00			
	E Tojáspörkölt	383,58	91,76	3,00	8,03	1,25	1,75	0,00	0,17			
	Fehérrépa főzelék bölcsi	1 056,93	252,85	6,86	14,50	3,34	21,35	0,00	0,39	 		
	Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01			
	U Epres gyümölcsstea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00			
	Zala felvágott	80,67	19,30	1,30	1,60	0,54	0,15	0,00	0,02			
	Margarin	265,60	63,54	0,04	7,00	0,60	0,04	0,00	0,08			
	Zsemle	308,34	73,77	2,54	0,19	0,07	15,39	0,00	0,43			
	Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00			
	Összesen:		3 102,14	742,14	21,91	35,44	6,54	78,85	8,00	1,78		
















2026. 05. 19. kedd		(00480) Gyermekek (1-3 év)									
R	Citromos tea	27,46	6,57	0,01	0,00	0,00	1,59	1,50	0,00		
	Gépsonka	98,22	23,50	3,39	1,07	0,36	0,06	0,00	0,17	 	
	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	 	
	Kígyóuborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
	T	Almalé, 100%	244,41	58,47	0,07	0,00	0,00	14,00	0,00	0,01	
	E	Csirkemell pörkölt	397,96	95,21	8,20	5,11	0,61	3,98	0,00	0,17	
		Főtt tészta, kagyló	642,07	153,60	6,00	1,36	0,25	29,16	0,00	0,64	 
		Cékla	106,15	25,40	0,52	0,04	0,00	5,56	5,56	0,49	
		Banán	351,02	83,98	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		
	Lekváros bukta	564,99	135,17	1,50	7,24	1,93	15,84	8,29	0,27	    	
Összesen:		3 303,62	790,35	27,17	25,74	4,29	108,17	16,36	2,20		
2026. 05. 20. szerda		(00480) Gyermekek (1-3 év)									
R	Gyümölcsstea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00		
	Almás-fahéjas zabkása	886,23	212,02	5,27	10,21	2,32	22,43	10,06	0,17	 	
T	Limonádé	44,22	10,58	0,00	0,00	0,00	2,59	2,50	0,00		
E	Húsgombóc	402,62	96,32	7,90	3,01	1,00	9,30	0,00	0,18		
	Paradicsom mártás bölcsi	406,36	97,22	1,99	3,97	0,46	13,20	2,50	0,23		





2026. 05. 20. szerda	(00480) Gyermekek (1-3 év)	E	Főtt burgonya	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,50	
			Banán	351,02	83,98	1,04	0,08	0,00	19,36	0,00	0,04	
		U	Csipkebogyótea	35,85	8,58	0,01	0,00	0,00	2,09	2,00	0,00	
			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	
			Teljes kiőrlésű kenyér	395,74	94,67	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,32	
			Pritamin paprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
			Összesen:	3 592,69	859,51	28,48	30,70	8,01	113,37	21,06	2,01	
2026. 05. 21. csütörtök	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Csipkebogyótea	35,85	8,58	0,01	0,00	0,00	2,09	2,00	0,00	
			Vajkrém, natúr	158,76	37,98	0,25	4,00	1,93	0,20	0,00	0,00	
			Zsemle rozsos	263,41	63,02	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28	
			Retek	0,61	0,15	0,01	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	
		T	Gyümölcs tea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00	
		E	Zöldséges csirkemáj rizottó	1 130,25	270,40	16,58	6,11	2,97	36,93	0,00	0,48	 
			Cseresznye	216,14	51,71	0,64	0,24	0,00	11,20	0,00	0,02	
		U	Tej	351,12	84,00	4,50	4,20	0,61	3,98	0,00	0,10	
			Cukkinikrém, bölcsi	67,25	16,09	0,71	0,52	0,23	2,16	0,00	1,00	 
			Fehérkenyér	438,82	104,98	4,00	0,32	0,12	21,60	0,00	0,24	





2026. 05. 21	00480	U	Kápia paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00	
			Összesen:	2 783,27	665,87	29,78	15,90	5,91	96,82	6,00	2,12	
2026. 05. 22. péntek	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Őszibarack-mangó tea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00	
			Körözött	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Burgonyás kenyér	351,12	84,00	2,56	0,24	0,08	18,32	0,00	0,32	
			Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	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	Sajtos tojásomlett tepsiben	455,30	108,92	6,80	7,96	2,53	1,46	0,00	0,27	
			Zelleres brokkolifőzelék	1 009,02	241,39	8,60	9,60	2,32	28,32	0,00	0,25	
			Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01	
		U	Tej	234,08	56,00	3,00	2,80	0,41	2,65	0,00	0,07	
			Pizzás tekerecs 60 g	754,49	180,50	3,30	9,00	4,30	21,00	2,99	1,05	
	Összesen:	3 236,49	774,28	25,72	30,22	9,64	93,54	6,99	1,97			

.....
Bölcsődevezető

.....
Dietetikus

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Az egy év alatti kisgyermekek reggelit, tízórait illetve uzsonnát életkoruk és hozzátáplálás állapotától függően, a szülőkkel egyeztetve kapnak!

