



Tételes étlap 2026.06.01. - 2026.06.07.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2026. 06. 01. hétfő (00480) Gyermekek (1-3 év)	R Tej	351,12	84,00	4,50	4,20	0,61	3,98	0,00	0,10			
	Sajtkrém, zöldfűszeres	178,23	42,64	2,33	3,56	2,11	0,29	0,00	0,23			
	Burgonyás kenyér	351,12	84,00	2,56	0,24	0,08	18,32	0,00	0,32			
	Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01			
	T Limonádé	44,22	10,58	0,00	0,00	0,00	2,59	2,50	0,00			
	E Halrudacska	170,86	40,87	8,85	0,32	0,06	0,60	0,00	0,09			
	Karfiolfőzelék	542,01	129,67	5,58	4,32	1,85	16,65	0,00	0,55	 		
	Őszibarackbefőtt, hámozott	293,63	70,25	0,40	0,00	0,00	16,96	16,96	0,00			
	U Epres gyümölcsstea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00			
	Sertés sonka	100,42	24,02	3,18	1,23	0,43	0,03	0,00	0,49	 		
	Margarin	265,60	63,54	0,04	7,00	0,60	0,04	0,00	0,08			
	Zsemle, korpás	308,49	73,80	2,67	0,39	0,04	15,00	0,00	0,28			
	Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00			
	Összesen:		2 744,54	656,59	31,00	21,46	5,80	81,35	23,46	2,15		





2026. 06. 02. kedd		(00480) Gyermekek (1-3 év)											
2026. 06. 02. kedd	(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	0,00		
		Fehérkenyér	438,82	104,98	4,00	0,32	0,12	21,60	0,00	0,24	0,24		
		Kígyóúborborka	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01	0,01		
		T	Gyümölcsstea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00		
		E	Tejszínes tárkonyos pulykaragu	351,13	84,00	8,77	4,93	1,65	4,36	0,00	0,15	0,15	
		Petrezselymes kuszkuszbölcsci	1 045,43	250,10	6,53	6,83	0,80	39,33	0,18	2,96	2,96		
		Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01	0,01		
		U	Tej	234,08	56,00	3,00	2,80	0,41	2,65	0,00	0,07	0,07	
		Zakuska	148,64	35,56	1,10	1,15	0,11	5,16	0,00	1,11	1,11		
Rozsos kenyér	428,23	102,45	3,24	0,36	0,00	21,44	0,00	0,47	0,47				
Összesen:				3 041,47	727,63	27,53	20,74	5,02	107,03	6,18	5,02		
2026. 06. 03. szerda	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Tej	234,08	56,00	3,00	2,80	0,41	2,65	0,00	0,07		
		Sajtkrém, natúr	15,81	3,78	0,06	0,39	0,23	0,02	0,00	0,01	0,01		
		Zsemle, korpás	308,49	73,80	2,67	0,39	0,04	15,00	0,00	0,28	0,28		
		Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01	0,01		
		T	Citromos tea	27,46	6,57	0,01	0,00	0,00	1,59	1,50	0,00		
		E	Vadas sertésragu	971,19	232,34	13,47	12,97	4,04	14,86	0,50	0,78	0,78	





2026. 06. 03. szerda (00480) Gyermekek (1-3 év)		E	Szarvacska tészta	597,24	142,88	5,00	0,60	0,04	29,20	0,00	0,53		
			Körte	177,21	42,40	0,32	0,24	0,00	9,60	0,00	0,00		
		U	Cseresznyés- vörösáfonyás tea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00		
			Párizsi krém	346,16	82,81	1,82	8,33	1,51	0,06	0,00	0,30		
			Fehérkenyér	438,82	104,98	4,00	0,32	0,12	21,60	0,00	0,24		
			Kápia paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00		
			Összesen:	3 274,14	783,28	31,16	26,24	6,42	102,68	6,00	2,22		
2026. 06. 04. csütörtök (00480) Gyermekek (1-3 év)		R	Tej	351,12	84,00	4,50	4,20	0,61	3,98	0,00	0,10		
			Zala felvágott	121,01	28,95	1,95	2,40	0,81	0,23	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		
		T	Limonádé	44,22	10,58	0,00	0,00	0,00	2,59	2,50	0,00		
		E	Tojáskarika	276,19	66,07	5,40	4,80	1,24	0,24	0,00	0,14		
			Burgonyás spenótfőzelék	982,78	235,11	6,59	11,91	2,27	24,02	0,00	0,27		
			Banán	351,02	83,98	1,04	0,08	0,00	19,36	0,00	0,04		
		U	Epres gyümölcstea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00		
			Vajkrém,magyaros	15,88	3,80	0,03	0,40	0,19	0,02	0,00	0,00		





2026. 06. 04.														
(00480) Gyermek (1-3 év)														
U	Teljes kiórlésű kenyér	395,74	94,67	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,32					
	Retek	0,61	0,15	0,01	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00					
	Összesen:	3 214,73	769,08	26,29	31,59	5,82	89,93	6,50	1,40					
2026. 06. 05. péntek	(00480) Gyermek (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				
		Fehérkenyér	438,82	104,98	4,00	0,32	0,12	21,60	0,00	0,24				
		Újhagyma	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
		T	Gyümölcsle 100% I-es	320,89	76,77	0,98	0,27	0,00	16,35	0,00	0,00			
		E	Petrezselymes csirkefasírt	397,53	95,10	9,46	3,02	0,43	7,40	0,00	0,25			
		Kelkáposzta főzelék	759,16	181,62	5,29	7,92	0,91	21,82	0,00	0,57				
		Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01				
		U	Vaníliás tej	367,90	88,02	4,50	4,20	0,61	4,97	1,00	0,10			
		Margarin	265,60	63,54	0,04	7,00	0,60	0,04	0,00	0,08				
		Sajtos stangli	268,48	64,23	2,84	1,30	0,75	10,23	0,00	0,38				
		Összesen:	3 004,17	718,71	27,44	24,35	3,42	92,10	5,00	1,63				



