



Tételes étlap 2026.08.03. - 2026.08.09.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 08. 03. hétfő	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Tej	234,08	56,00	3,00	2,80	0,41	2,65	0,00	0,07		
			Sajtkrém, zöldfűszeres	178,23	42,64	2,33	3,56	2,11	0,29	0,00	0,23		
			Zsemle	257,07	61,50	31,05	2,33	0,00	188,10	0,00	0,00		
			Pritamin paprika	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	Virslipörkölt	660,81	158,09	8,00	12,56	4,65	3,04	0,00	2,00		
			Zöldborsófőzelék	801,77	191,81	8,42	6,81	0,79	23,30	0,00	1,00		
			Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
		U	Cseresznyés-vörösfény tea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00		
			Csirkemell sonka	4,56	1,09	0,15	0,00	0,01	0,02	0,02	0,02		
			Margarin	265,60	63,54	0,04	7,00	0,60	0,04	0,00	0,08		
			Mini baguett	339,00	81,10	2,98	0,76	0,28	15,70	0,32	0,41		
			Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01		
				Összesen:	3 040,51	727,40	57,18	36,34	8,87	248,22	6,84	3,83	





2026. 08. 04. kedd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Gyümölcstea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00				
			Zabkása, bounty, bölcsi	659,92	157,88	6,49	5,71	1,52	17,36	4,00	0,10				
		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				
			Párolt rizs	899,29	215,14	4,00	4,79	0,56	38,75	0,00	0,50				
			Csemege uborka	23,02	5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,96				
		U	Tej	234,08	56,00	3,00	2,80	0,41	2,65	0,00	0,07				
			Vajkrém, natúr	158,76	37,98	0,25	4,00	1,93	0,20	0,00	0,00				
			Zsemle	257,07	61,50	31,05	2,33	0,00	188,10	0,00	0,00				
			Kígyóuborka	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01				
	Összesen:	2 958,71	707,84	53,61	24,81	5,03	270,68	8,00	1,82						
2026. 08. 05. szerda	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Tej	234,08	56,00	3,00	2,80	0,41	2,65	0,00	0,07				
			Gabonapehely	317,52	75,96	2,00	0,40	0,08	16,00	5,80	0,16				
		T	Epres gyümölcstea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00				
		E	Tojáskarika	276,19	66,07	5,40	4,80	1,24	0,24	0,00	0,14				
			Sóskafőzelék	830,27	198,63	5,66	9,51	2,59	20,89	7,99	1,10				
			Körte	177,21	42,39	0,32	0,24	0,00	9,60	0,00	0,00				
		U	Citromos tea	27,46	6,57	0,01	0,00	0,00	1,59	1,50	0,00				





2026. 08. 05. szerda	(00480) Gyermekek (1-3 év)	U	Kockasajt	251,83	60,25	3,34	5,00	2,97	0,40	0,00	0,40	 	
			Kifli	285,50	68,30	2,35	0,18	0,07	14,25	0,85	0,26	 	
			Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
			Összesen:	2 502,28	598,63	22,57	23,05	7,36	70,91	20,14	2,13		
2026. 08. 06. csütörtök	(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		
			Májkrem 62 g-os	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Mini baguett	339,00	81,10	2,98	0,76	0,28	15,70	0,32	0,41	  	
			Kápia paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00		
		T	Gyümölcsle 100% I-es	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00		
		E	Pulyka nuggets	609,42	145,79	6,60	8,73	1,91	1,02	0,00	0,10		
			Burgonyafőzelék	941,36	225,20	6,16	4,40	1,88	39,04	0,00	0,54	 	
			Alma befőtt, hámozott darabolt	288,88	69,11	0,24	0,24	0,00	16,16	16,16	0,00		
		U	Tejeskáv	521,21	124,69	6,06	5,60	0,82	8,40	2,50	0,14	 	
			Zabpelyhes keksz	574,33	137,40	2,22	5,88	1,66	17,19	8,16	0,06	    	
			Összesen:	3 596,29	860,35	25,22	25,88	6,56	114,31	31,14	1,25		





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

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Bölcsoődevezető

Dietetikus