



Tételes étlap 2026.08.17. - 2026.08.23.													
	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. 17. hétfő	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Gyümölcsstea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00		
			Vajkrém, zöldfűszeres	158,76	37,98	0,25	4,00	1,93	0,20	0,00	0,00		
			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		
		T	Csipkebogyótea	35,85	8,58	0,01	0,00	0,00	2,09	2,00	0,00		
		E	Sajtos brokkoli nuggets mir.	439,63	105,17	6,29	4,29	0,36	10,23	0,24	0,63		
			Sárgarépa-főzelék bölcsi	842,32	201,51	5,73	6,55	0,84	28,15	0,00	0,60		
			Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
		U	Tej	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			Sonkakrém házi	399,49	95,57	4,28	8,64	1,18	0,08	0,00	0,74		
			Zsemle, korpás	308,49	73,80	2,67	0,39	0,04	15,00	0,00	0,28		
			Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01		
			Összesen:	3 284,25	785,70	31,24	27,71	6,12	100,44	6,24	2,78		





2026. 08. 18. kedd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Tej	234,08	56,00	3,00	2,80	0,41	2,65	0,00	0,07		
			Zala felvágott	161,35	38,60	2,60	3,20	1,08	0,30	0,00	0,03		
			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		
			Kápia paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00		
		T	Limonádé	44,22	10,58	0,00	0,00	0,00	2,59	2,50	0,00		
		E	Pusztapörkölt bölcsei	1 038,59	248,47	12,37	8,26	1,72	30,32	0,00	0,20		
			Csemege uborka	23,02	5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,96		
			Nektarin	184,87	44,23	0,75	0,37	0,04	9,42	0,00	0,00		
		U	Gyümölcsstea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00		
			Meggyes túrókrém, házi	569,32	136,20	6,25	5,81	3,19	14,38	11,82	0,02		
			Molnárka, csíkos	313,24	74,94	2,24	2,00	0,83	11,92	1,08	0,25		
			Összesen:	3 307,35	791,24	30,90	30,60	8,01	94,41	20,41	1,86		
2026. 08. 19. 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		
			Májkrém	9,21	2,20	0,08	0,21	0,09	0,01	0,47	0,02		
			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		
		T	Gyümölcslé 100% I-es	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00		





2026. 08. 19. szerda	(00480) Gyermekek (1-3 év)	E	Csirke aprópecsenye	367,57	87,94	11,30	4,20	0,53	1,13	0,00	0,09		
			Brokkolifőzlék	655,79	156,89	8,20	4,77	1,38	18,97	0,00	0,57		
			Görögdinnye	104,08	24,90	0,40	0,16	0,00	5,20	0,00	0,01		
		U	Tej	468,16	112,00	6,00	5,60	0,81	5,30	0,00	0,13		
			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:	2 968,93	710,28	37,53	21,42	6,02	84,47	4,63	1,86		

.....

Bölcsődevezető

.....

Dietetikus

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

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

