



Tételes étlap 2026.08.24. - 2026.08.30.													
	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. 08. 24. hétfő	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Tej	468,16	112,00	6,00	5,60	0,81	5,30	0,00	0,13		
			Párizsi	133,69	31,98	1,79	2,73	1,03	0,03	0,00	0,34		
			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		
			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	Spenótos tészta reszelt sajttal	1 176,16	281,38	14,52	7,57	3,45	38,16	0,00	1,19		
			Őszibarack	138,25	33,08	0,56	0,08	0,00	7,20	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,bölcsei	20,01	4,79	0,08	0,40	0,23	0,21	0,00	0,01		
			Teljes kiőrlésű kenyér	395,74	94,67	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,32		
			Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
			Összesen:	3 076,96	736,13	30,22	24,23	6,22	93,81	6,50	2,53		





2026. 08. 25. kedd	(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		
			Vajkrém, natúr	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		
			Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01		
		T	Gyümölcslé 100% I-es	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00		
		E	Sertés pörkölt	492,00	117,70	8,84	7,99	1,69	2,44	0,00	0,28		
			Tökfőzelék	740,40	177,13	4,51	7,01	1,62	23,28	0,00	0,14		
			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		
			Zabpelyhes keksz	574,33	137,40	2,22	5,88	1,66	17,19	8,16	0,06		
	Összesen:	3 309,42	791,73	24,92	28,34	7,45	103,31	12,16	0,84				
2026. 08. 26. szerda	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Gyümölcstea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00		
			Sonkás sajtkrém	195,55	46,78	2,48	3,96	2,36	0,26	0,00	0,42		
			Teljes kiőrlésű kenyér	395,74	94,67	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,32		
			Paprika, kaliforniai	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
		T	Limonádé	44,22	10,58	0,00	0,00	0,00	2,59	2,50	0,00		
		E	Csirke aprópecsenye	367,57	87,94	11,30	4,20	0,53	1,13	0,00	0,09		
			Fehérrépa főzelék bölcsi	1 056,93	252,85	6,86	14,50	3,34	21,35	0,00	0,39		





2026. 08. 26. szerda	Gyermekek (1-3 év) (00480)	E	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		
			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		
			Zsemle	308,34	73,77	2,54	0,19	0,07	15,39	0,00	0,43		
			Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01		
			Összesen:	3 120,80	746,60	31,00	33,60	7,38	74,68	6,52	1,84		
2026. 08. 27. csütörtök	Gyermekek (1-3 év) (00480)	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		
			Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01		
		T	Gyümölcs tea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00		
		E	Rakott karfiol bulgurral	1 155,43	276,42	15,42	11,70	2,92	28,81	0,00	0,14		
			Sárgabarack	165,48	39,59	0,72	0,10	0,00	8,16	0,00	0,01		
		U	Citromos tea	27,46	6,57	0,01	0,00	0,00	1,59	1,50	0,00		
			Mediterrán tonhalkrém	331,06	79,20	3,42	6,09	0,58	2,03	0,00	0,36		
			Fehérkenyér	438,82	104,98	4,00	0,32	0,12	21,60	0,00	0,24		





2026. 08. 27.	00480	U	Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
			Összesen:	3 419,65	818,10	36,04	34,83	8,35	87,34	6,51	1,65		
2026. 08. 28. 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		
			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		
			Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	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	Húsgombóc	402,62	96,32	7,90	3,01	1,00	9,30	0,00	0,18		
			Paradicsom mártás bölcsi	812,72	194,43	3,97	7,94	0,91	26,39	5,00	0,45		
			Főtt burgonya	195,97	46,88	1,25	0,10	0,01	10,00	0,00	0,25		
			Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
		U	Tejeskávé	521,21	124,69	6,06	5,60	0,82	8,40	2,50	0,14		
			Sajtos pogácsa	911,00	217,95	4,05	12,50	0,00	22,00	0,00	0,50		
			Összesen:	3 724,31	890,99	28,64	30,57	3,05	118,82	11,50	2,13		

.....
Bölcsődevezető

.....
Dietetikus

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

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

