



Tételes étlap 2026.09.07. - 2026.09.13.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 09. 07. hétfő	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Citromos tea	27,46	6,57	0,01	0,00	0,00	1,59	1,50	0,00		
			Borjúmájkrém	145,00	34,69	1,33	2,71	1,01	1,21	0,36	0,11		
			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	Limonádé	44,22	10,58	0,00	0,00	0,00	2,59	2,50	0,00		
		E	Pulyka nuggets	609,42	145,79	6,60	8,73	1,91	1,02	0,00	0,10		
			Karfiolfőzelék	542,01	129,67	5,58	4,32	1,85	16,65	0,00	0,55		
			Őszibarack	138,25	33,08	0,56	0,08	0,00	7,20	0,00	0,01		
		U	Tej	468,16	112,00	6,00	5,60	0,81	5,30	0,00	0,13		
			Sonkás sajtkrém	391,10	93,57	4,95	7,92	4,71	0,51	0,00	0,84		
			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:	3 182,31	761,33	32,58	30,27	10,47	75,47	4,36	2,27		





2026. 09. 08. kedd											
(00480) Gyermekek (1-3 év)											
R	Gyümölcstea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00		
	Pulykamell sonka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Margarin	265,60	63,54	0,04	7,00	0,60	0,04	0,00	0,08		
	Zsemle rozsos	263,41	63,02	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28		
	Kígyóuborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
	T Almalé, 100%	366,62	87,71	0,11	0,00	0,00	21,00	0,00	0,01		
	E Majorannás pulykamellcsíkok	371,46	88,87	12,13	4,24	0,59	5,23	0,00	1,04		
	Párolt bulgur, bölcsi	978,63	234,12	6,15	7,63	0,91	37,94	0,00	0,51		
	Körte	177,21	42,40	0,32	0,24	0,00	9,60	0,00	0,00		
	U Kakaó	333,90	79,88	3,46	3,34	0,73	6,91	4,00	0,07		
	Margarin	265,60	63,54	0,04	7,00	0,60	0,04	0,00	0,08		
	Kalács fonott 500g	674,06	161,26	4,72	4,21	1,73	25,94	3,05	0,42		
	Összesen:	3 785,61	905,66	30,05	34,09	5,20	123,61	11,05	2,50		
2026. 09. 09. szerda											
(00480) Gyermekek (1-3 év)											
R	Tej	234,08	56,00	3,00	2,80	0,41	2,65	0,00	0,07		
	Vajkrém, zöldfűszeres	158,76	37,98	0,25	4,00	1,93	0,20	0,00	0,00		
	Kornspitz	352,00	84,21	3,00	1,00	0,13	15,25	1,01	0,25		
	Pritamin paprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
	T Epres gyümölcstea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00		





2026. 09. 09. szerda	(00480) Gyermekek (1-3 év)	E	Fasírt	617,40	147,70	8,71	9,72	1,83	6,16	0,00	0,31	 	
			Céklafőzelék	1 042,27	249,35	6,71	7,40	3,23	37,96	0,00	0,23	 	
			Banán	351,02	83,98	1,04	0,08	0,00	19,36	0,00	0,04		
		U	Citromos tea	27,46	6,57	0,01	0,00	0,00	1,59	1,50	0,00		
			Mozzarella sajtszelet	155,44	0,00	2,77	2,81	1,79	0,16	0,00	0,24	 	
			Margarin	265,60	63,54	0,04	7,00	0,60	0,04	0,00	0,08		
			Félbarna kenyér	432,43	103,45	3,92	0,40	0,12	20,92	0,00	0,60		
			Paradicsom	73,25	17,52	0,80	0,16	0,03	3,20	0,00	0,01		
			Összesen:	3 811,93	874,76	30,74	35,49	10,07	112,78	6,51	1,83		
2026. 09. 10. csütörtök	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Tej	351,12	84,00	4,50	4,20	0,61	3,98	0,00	0,10		
			Gabonapehely	317,52	75,96	2,00	0,40	0,08	16,00	5,80	0,16		
		T	Limonádé	44,22	10,58	0,00	0,00	0,00	2,59	2,50	0,00		
		E	Csirkepaprikás,tejfölös bölcsi	556,59	133,15	15,32	7,27	1,69	1,45	0,00	1,11	 	
			Szarvacska tészta, durum	597,24	142,88	5,00	0,60	0,04	29,20	0,00	0,53		
			Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
		U	Epres gyümölcstea	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	   	
			Burgonyás kenyér	351,12	84,00	2,56	0,24	0,08	18,32	0,00	0,32		





2026. 09. 10	(00480)	U	Paprika, kaliforniai	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00		
			Összesen:	2 801,36	670,17	31,93	21,48	4,02	83,70	12,30	2,53		
2026. 09. 11. péntek	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Gyümölcsstea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00		
			Körözött túró	97,73	23,38	1,02	1,96	0,97	0,38	0,00	0,24		
			Teljes kiőrlésű kenyér	395,74	94,67	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,32		
			Kígyóuborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
		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		
			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	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:	3 811,25	911,79	28,79	40,24	8,09	102,57	9,00	3,39		

.....

Bölcsődevezető

.....

Dietetikus

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

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

