



Tételes étlap 2026.10.19. - 2026.10.25.													
	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. 10. 19. 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		
			Banán	351,02	83,98	1,04	0,08	0,00	19,36	0,00	0,04		
		U	Gyümölcstea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00		
			Snidlinges túrókrém	207,77	49,60	3,58	3,40	1,77	1,13	0,00	0,61		
			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:	3 477,49	831,84	34,20	27,23	7,76	106,89	6,50	3,16		





2026. 10. 20. kedd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Tejeskávé	521,21	124,69	6,06	5,60	0,82	8,40	2,50	0,14	 	
			Briós	555,88	132,99	3,50	3,13	1,29	22,56	5,57	0,31	   	
		T	Gyümölcsle 100% l-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	 	
			Körte	177,21	42,40	0,32	0,24	0,00	9,60	0,00	0,00		
		U	Erdei gyümölcsös tea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00		
			Mozzarella szelet	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		
			Paprika, kaliforniai	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
			Összesen:	3 324,90	795,44	26,80	31,60	6,07	94,66	12,07	1,23		
2026. 10. 21. 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	 	
			Kornspitz	352,00	84,21	3,00	1,00	0,13	15,25	1,01	0,25	 	
			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	Pulykaraguleves	542,31	129,74	10,06	6,26	1,09	8,92	0,00	1,15	 	





2026. 10. 21. szerda	(00480) Gyermekek (1-3 év)	E	Túrógombóc bölcsei	1 525,16	364,87	18,58	12,92	5,44	42,35	11,49	0,40	 	
		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		
			Fehérkenyér	438,82	104,98	4,00	0,32	0,12	21,60	0,00	0,24		
			Kígyóúrborka	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
			Összesen:	3 719,26	889,78	42,10	34,41	10,16	99,48	19,02	2,64		
2026. 10. 22. csütörtök	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Citromos tea	27,46	6,57	0,01	0,00	0,00	1,59	1,50	0,00		
			Vajkrém, natúr	158,76	37,98	0,25	4,00	1,93	0,20	0,00	0,00		
			Teljes kiőrlésű kenyér	395,74	94,67	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,32		
			Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01		
		T	Gyümölcstea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00		
		E	Fasírt	617,40	147,70	8,71	9,72	1,83	6,16	0,00	0,31	 	
			Kelkáposzta főzelék	759,16	181,62	5,29	7,92	0,91	21,82	0,00	0,57		
			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		
			Kakaós csiga	508,85	121,74	3,68	3,89	0,90	17,87	4,54	0,14		
			Összesen:	3 158,55	755,64	26,09	28,98	6,03	94,09	10,04	1,46		





Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

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