



Tételes étlap 2025.05.12. - 2025.05.18.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/12/2025 hétfő (00481) Gyermekek (4-6 év)	T Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
	Halkrém	193.21	46.22	2.71	3.52	0.98	0.84	0.00	0.04		
	Zsemle, teljes kiőrlésű	526.81	126.03	5.34	0.77	0.07	24.28	0.00	0.56		
	Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00		
	E Sertésraguleves	450.15	107.69	9.82	5.25	1.38	5.06	0.00	0.66		
	Burgonyás tészta	1 676.77	401.14	11.87	7.71	0.99	70.01	0.00	0.35		
	Csemege uborka	28.77	6.88	0.30	0.05	0.00	1.30	0.00	0.25		
	U Kifli	627.00	150.00	3.50	1.10	0.00	30.00	0.00	0.50		
	Kakaó UHT	538.44	128.81	7.00	1.00	0.54	22.80	22.80	0.23		
		Összesen:	4 195.79	1 003.77	40.81	19.47	3.96	162.87	29.79	2.60	





5/13/2025 kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Tejeskávé	670.40	160.38	6.87	3.00	1.63	26.29	14.99	0.27				
		Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13				
		Csirkemell sonka	92.23	22.07	4.94	0.20	0.05	0.10	0.00	0.05				
		Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	1.87	0.06				
		Jégsaláta	22.60	5.41	0.40	0.02	0.00	0.59	0.00	0.01				
	E	Daragaluska leves	438.86	104.99	3.45	3.66	0.55	14.36	0.00	0.09				
		Tökfőzelék	413.88	99.01	2.47	4.52	1.48	11.93	0.02	0.04				
		Sertés pörkölt	581.74	139.17	13.37	7.76	2.05	3.78	0.00	0.14				
		Teljes kiőrlésű kenyér	296.80	71.01	2.78	0.37	0.02	14.07	0.00	0.29				
	U	Tej	504.00	120.57	6.80	5.60	3.04	10.60	0.00	0.23				
		Meggyes kevert	848.11	202.90	5.32	5.28	1.07	33.12	14.98	0.23				
		Összesen:	4 510.14	1 078.99	51.41	33.26	10.71	141.60	31.86	1.54				





5/14/2025 szerda (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Gyümölcstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01	
		Zabkása, almás-fahéjas	1 470.08	351.69	13.66	12.70	3.77	45.27	4.20	0.30	
	E	Tavaszi zöldségleves	146.21	34.98	1.84	0.28	0.04	6.21	0.03	0.08	
		Tökmagos rántott sertéskaraj	978.99	234.21	20.64	10.24	2.92	14.59	0.42	0.44	
		Spenótos burgonyapüré	839.52	200.84	6.21	4.09	1.45	33.98	0.00	0.12	
		Gyöngyhagyma savanyúság	82.72	19.79	0.60	0.05	0.00	4.15	0.00	0.01	
	U	Zala felvágott	204.88	49.01	3.12	3.98	1.46	0.12	0.00	0.06	
		Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13	
		Kígyóuborka	9.83	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.01	
		Bürli TK	526.81	126.03	5.34	0.77	0.07	24.28	0.00	0.56	
		Összesen:	4 490.30	1 074.23	51.65	34.59	10.38	136.93	11.64	1.72	





5/15/2025 csütörtök (00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Kakaó	549.35	131.42	7.17	3.43	1.88	17.80	6.99	0.27		
		Trappista sajt	466.33	111.56	8.31	8.43	5.36	0.48	0.00	0.13		
		Jégcsap retek	11.80	2.82	0.22	0.02	0.01	0.53	0.00	0.01		
		Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	1.87	0.06		
		Margarin	46.50	11.12	0.00	1.23	0.33	0.01	0.00	0.07		
	E	Bakonyi betyárleves	768.32	183.81	11.78	11.45	4.93	8.12	0.00	0.50		
		Szilvalekváros gombóc	1 348.74	322.67	7.45	3.45	0.34	63.17	10.63	0.44		
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
	U	Párizsi	121.00	28.95	1.43	2.19	0.83	0.85	0.00	0.15		
		Margarin	46.50	11.12	0.00	1.23	0.33	0.01	0.00	0.07		
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
		Jégсалáta	22.60	5.41	0.40	0.02	0.00	0.59	0.00	0.01		
	Összesen:		4 540.66	1 086.28	46.71	32.78	14.20	147.35	19.49	2.21		





5/16/2025 péntek (00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01	
		Vöröslencse krém	463.02	110.77	5.36	4.56	2.00	12.52	0.00	0.53	
		Császárszemle	753.71	180.31	6.20	0.46	0.17	37.62	0.00	1.04	
		Póréhagyma	30.83	7.38	0.44	0.06	0.00	1.26	0.00	0.00	
	E	BrokkolikréMLEVES	262.85	62.88	3.19	3.36	1.94	4.89	0.78	0.34	
		Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10	
		Édes-savanyú csirke	630.34	150.80	15.81	1.75	0.30	17.74	6.16	0.33	
		Párolt rizs	938.81	224.60	4.80	2.04	0.24	46.50	0.00	0.03	
	U	Puffasztott rizs	320.20	76.60	1.40	0.18	0.07	17.56	0.00	0.00	
		Tej	504.00	120.57	6.80	5.60	3.04	10.60	0.00	0.23	
	Összesen:		4 272.06	1 022.02	44.87	21.83	8.22	160.95	13.93	2.61	





5/17/2025 szombat (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Gyümölcs tea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01	
		Sajtkrém	84.30	20.17	0.79	1.53	0.82	0.81	0.00	0.01	 
		Kígyóúborka	9.83	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.01	
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49	
	E	Gyümölcsle	244.41	58.47	0.07	0.00	0.00	14.00	0.00	0.01	
		Pincepörkölt	1 224.90	293.04	13.29	9.27	1.84	38.06	0.00	0.23	
		Vegyes vágott savanyúság	41.58	9.95	0.55	0.10	0.05	1.70	0.00	0.04	
		Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	1.87	0.06	
		Túró Rudi	443.08	106.00	3.10	5.10	4.30	12.00	11.00	0.02	
	U	Kifli	627.00	150.00	3.50	1.10	0.00	30.00	0.00	0.50	     
		Kakaó UHT	538.44	128.81	7.00	1.00	0.54	22.80	22.80	0.23	 
		Összesen:	4 394.99	1 051.44	38.16	19.14	7.74	177.88	42.66	1.61	

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

