



Tételes étlap 2025.06.30. - 2025.07.06.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
6/30/2025 hétfő (00480) Gyermekek (1-3 év)		R	Gyümölcstea	90.15	21.57	0.01	0.00	0.00	5.28	5.00	0.00		
			Libamájkrém	210.25	50.30	3.36	3.28	0.98	1.64	0.00	0.24		
			Pritamin paprika	51.60	12.34	0.40	0.12	0.01	2.41	0.00	0.00		
			Fehér kenyér	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.05		
		T	Mandarin	156.78	37.51	0.56	0.24	0.00	7.84	0.00	0.00		
			Tej	252.00	60.29	3.40	2.80	1.52	5.30	0.00	0.11		
		E	Tejszínes halfilé	865.00	206.94	13.15	13.38	4.36	7.60	1.18	0.21		
			Tészta köret	855.21	204.60	7.50	3.09	0.47	36.45	0.00	0.37		
		U	Babapiskóta	556.00	133.01	3.65	2.08	0.50	24.68	12.08	0.06		
			Gyümölcs saláta	266.43	63.74	0.55	0.16	0.00	14.56	8.32	0.02		
			Összesen:	3 742.24	895.28	36.58	25.47	7.96	127.16	28.08	1.06		





7/1/2025 kedd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Gyümölcsstea	90.15	21.57	0.01	0.00	0.00	5.28	5.00	0.00		
			Sajtos párizsi	121.00	28.95	1.43	2.19	0.83	0.85	0.00	0.15	   	
			Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
			Paradicsom	18.31	4.38	0.20	0.04	0.01	0.80	0.00	0.00		
			Teljes kiőrlésű kenyér	395.74	94.67	3.70	0.49	0.03	18.75	0.00	0.39		
		T	Alma	130.87	31.31	0.36	0.36	0.00	6.30	0.00	0.01		
		E	Burgonyafőzelék	873.84	209.05	5.51	7.01	2.39	30.46	0.00	0.06	 	
			Vagdalt	672.54	160.89	13.77	5.21	1.74	14.56	0.70	0.40	 	
			Fehér kenyér	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.05		
		U	Lencsekrém	446.61	106.85	5.51	4.45	1.97	11.07	0.00	0.52	  	
			Kígyóuborka	9.83	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.01		
			Burgonyás kenyér	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	0.00	0.03		
			Összesen:	3 729.53	892.23	38.70	22.86	7.88	131.22	7.20	1.75		





7/2/2025	szerda	(00480)	Gyermekek (1-3 év)	R	Tej	378.00	90.43	5.10	4.20	2.28	7.95	0.00	0.17		
					Méz	68.38	16.36	0.02	0.00	0.00	4.05	4.05	0.00		
					Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
					Fehér kenyér	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.05		
				T	Őszibarackbefőtt, hámozott	183.52	43.90	0.25	0.00	0.00	10.60	10.60	0.00		
				E	Rakott karfiol bulgurral	1 337.34	319.94	16.60	12.93	3.87	36.33	0.45	0.16		
					Gyümölcsle	244.41	58.47	0.07	0.00	0.00	14.00	0.00	0.01		
				U	Tej	378.00	90.43	5.10	4.20	2.28	7.95	0.00	0.17		
					Trappista sajt	310.88	74.37	5.54	5.62	3.57	0.32	0.00	0.09		
					Margarin	46.50	11.12	0.00	1.23	0.33	0.01	0.00	0.07		
					Fehér kenyér	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.05		
					Zöldpaprika	32.76	7.84	0.48	0.12	0.00	1.20	0.00	0.00		
					Összesen:	3 950.43	945.07	41.17	31.39	13.24	125.22	18.10	0.90		





7/3/2025	csütörtök (00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Sajtkrém	84.30	20.17	0.79	1.53	0.82	0.81	0.00	0.01		
			Alma	72.71	17.39	0.20	0.20	0.00	3.50	0.00	0.01		
			Teljes kiőrlésű kenyér	395.74	94.67	3.70	0.49	0.03	18.75	0.00	0.39		
			Tej	252.00	60.29	3.40	2.80	1.52	5.30	0.00	0.11		
		T	Cseresznyebefőtt	178.48	42.70	0.28	0.11	0.00	9.90	9.90	0.01		
		E	Palócleves	773.42	185.03	9.43	9.48	2.48	15.24	0.04	0.09		
			Ízes bukta lenmaggal	1 228.43	293.88	8.15	11.97	1.84	38.03	8.50	0.05		
		U	Halkrém	144.91	34.67	2.03	2.64	0.73	0.63	0.00	0.03		
			Fehér kenyér	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.05		
			Összesen:	3 568.81	853.78	31.98	29.54	7.54	113.56	19.94	0.75		





7/4/2025 péntek (00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Karamell	671.83	160.73	6.80	5.60	3.04	20.59	9.99	0.23		
		Csirkemell sonka	69.17	16.55	3.71	0.15	0.04	0.08	0.00	0.04		
		Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
		Fehér kenyér	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.05		
	T	Banán	352.80	84.40	1.04	0.08	0.00	19.36	0.00	0.04		
	E	Paradicsomos káposzta	660.31	157.97	4.24	2.91	0.34	28.27	9.99	0.40		
		Sült csirkemell	248.12	59.36	12.35	0.96	0.18	0.25	0.00	0.10		
		Fehér kenyér	329.11	78.74	3.00	0.24	0.09	16.05	1.12	0.03		
	U	Gyümölcsle	244.41	58.47	0.07	0.00	0.00	14.00	0.00	0.01		
		Kockasajt	251.83	60.25	3.34	5.00	2.97	0.40	0.00	0.20		
		Fehér kenyér	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.05		
		Alma	72.71	17.39	0.20	0.20	0.00	3.50	0.00	0.01		
	Összesen:		3 870.93	926.07	42.76	18.23	7.57	145.31	24.10	1.29		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

