




Tételes étlap 2025.09.15. - 2025.09.21.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/15/2025 hétfő (00481) Gyermek (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	444.95	106.45	9.75	5.23	1.38	4.85	0.00	0.65		
	Burgonyás tészta	1 633.85	390.87	11.52	7.63	0.99	67.98	0.00	0.82		
	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:	4 147.67	992.26	40.39	19.37	3.96	160.63	29.79	3.06	





9/16/2025 kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Tejeskávé	768.68	183.90	6.87	5.60	3.04	26.29	14.99	0.23	 	
		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	312.22	74.69	2.83	2.66	0.42	9.72	0.00	0.55	 	
		Tökfőzelék	379.34	90.75	2.27	4.10	1.28	11.03	0.02	0.53	 	
		Sertés pörkölt	534.46	127.86	12.89	7.71	2.05	1.57	0.00	0.62		
		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:		4 399.96	1 052.64	50.11	34.39	11.79	133.85	31.86	2.93		





9/17/2025 szerda (00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01	
		Színes kalács	1 179.61	282.20	8.25	7.36	3.03	45.40	5.34	0.73	
	E	Gyümölcsle	488.82	116.94	0.14	0.00	0.00	28.00	0.00	0.01	
		Tökmagos rántott sertéskaraj	686.03	164.12	15.20	8.05	2.28	7.51	0.16	0.74	
		Csemege uborka	28.77	6.88	0.30	0.05	0.00	1.30	0.00	0.25	
		Röszti	807.91	193.28	2.96	7.08	1.18	29.20	0.00	0.07	
	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:	4 163.92	996.14	35.55	29.77	8.69	144.14	12.49	2.57	





9/18/2025 csütörtök (00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01	
		Trappista sajt	466.33	111.56	8.31	8.43	5.36	0.48	0.00	0.13	
		Margarin	46.50	11.12	0.00	1.23	0.33	0.01	0.00	0.07	
		Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	1.87	0.06	
		Jégcsap retek	11.80	2.82	0.22	0.02	0.01	0.53	0.00	0.01	
	E	Gyümölcslé	488.82	116.94	0.14	0.00	0.00	28.00	0.00	0.01	
		Ízes bukta	1 643.63	393.21	9.94	15.02	2.13	54.03	10.20	0.06	
		Banán	352.80	84.40	1.04	0.08	0.00	19.36	0.00	0.04	
	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:		4 381.43	1 048.18	31.14	29.24	9.18	162.03	19.06	1.11	





9/19/2025 péntek (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Gyümölcs tea	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	

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
 Jó étvágyat kívánunk!

