



Tételes étlap 2025.10.27. - 2025.11.02.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
10/27/2025 hétfő (00481) Gyermekek (4-6 év)		T	Karamell	839.66	200.88	6.80	5.60	3.04	30.58	19.98	0.23		
			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		
			Kígyóuborka	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	Húsgombóclevés	420.31	100.55	7.40	2.55	0.81	11.82	0.01	0.15		
			Túrós tészta	1 332.73	318.83	17.10	7.40	2.48	45.59	0.00	0.39		
			Édes tejföl	401.15	95.97	1.26	8.08	4.07	4.44	3.00	0.03		
			Alma	72.71	17.39	0.20	0.20	0.00	3.50	0.00	0.01		
		U	Sajtkrém	84.30	20.17	0.79	1.53	0.82	0.81	0.00	0.01		
			Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	1.87	0.06		
			Összesen:	4 417.88	1 056.91	44.82	31.03	12.91	148.13	24.86	1.66		





10/28/2025 kedd	(00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
			Tojáskrém	306.28	73.27	3.48	5.75	2.15	1.81	0.00	0.18		
			Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00		
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
		E	Zöldségleves	304.09	72.75	3.30	1.44	0.18	11.47	0.03	0.62		
			Sertés pörkölt	534.46	127.86	12.89	7.71	2.05	1.57	0.00	0.62		
			Zöldbabfőzelék	590.34	141.23	5.56	4.56	2.12	19.20	0.01	0.02		
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
			Piskótatekercs	654.87	156.67	3.59	4.75	2.34	24.67	15.16	0.05		
		U	Halkrém	193.21	46.22	2.71	3.52	0.98	0.84	0.00	0.04		
			Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	1.87	0.06		
			Összesen:	4 275.75	1 022.91	46.06	29.42	10.05	141.77	24.06	2.58		





10/29/2025	szerda (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Gyümölcstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
			Tejbedara szórattal	1 427.90	341.60	12.06	4.15	2.26	63.60	15.98	0.27		
		E	Karalábéleves	138.31	33.09	1.06	1.26	0.15	4.31	0.01	0.09		
			Bácskai rizseshús	1 438.61	344.17	19.82	7.77	2.27	48.32	0.00	0.18		
			Csemege uborka	28.77	6.88	0.30	0.05	0.00	1.30	0.00	0.25		
		U	Lencsekrém	313.92	75.10	2.97	4.32	1.95	5.99	0.00	0.53		
			Jégcsap retek	11.80	2.82	0.22	0.02	0.01	0.53	0.00	0.01		
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
			Összesen:	3 992.24	955.08	41.09	18.19	6.68	155.47	22.98	1.83		





10/30/2025 csütörtök	(00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Tej	504.00	120.57	6.80	5.60	3.04	10.60	0.00	0.23		
			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		
			Kígyóuborka	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	Brokkolikrémleves	262.85	62.88	3.19	3.36	1.94	4.89	0.78	0.34		
			Levesgyöngy	115.02	27.52	0.42	1.91	0.23	2.14	0.00	0.05		
			Rántott csirkecomb	1 156.82	276.75	21.97	10.02	2.08	24.35	0.64	1.12		
			Zöldséges bulgur	607.94	145.44	5.36	2.42	0.29	27.12	0.33	0.53		
		U	Gyümölcsle	244.41	58.47	0.07	0.00	0.00	14.00	0.00	0.01		
			Meggyes kevert	424.05	101.45	2.66	2.64	0.53	16.56	7.49	0.11		
			Összesen:	4 332.42	1 036.45	53.61	36.24	13.84	123.93	9.24	3.09		





10/31/2025 péntek (00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Gyümölcstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
		Libamájás	386.60	92.49	2.28	8.77	2.87	0.93	0.00	0.27	   	
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
		Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00		
	E	Meggyleves	568.06	135.90	1.56	2.86	1.43	25.29	17.70	0.32	 	
		Pipropogós	576.84	138.00	6.00	7.50	1.45	11.00	0.25	0.60		
		Párolt rizs	938.81	224.60	4.80	2.04	0.24	46.50	0.00	0.03		
	U	Tej poharas 2,8% 0,2l	405.72	97.06	6.80	3.00	1.63	10.60	0.00	0.27		
		Kakaós palacsinta	1 015.09	242.84	8.44	9.29	2.80	31.08	6.99	0.09	  	
		Összesen:	4 540.43	1 086.23	34.78	34.14	10.46	157.42	31.93	2.08		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

