



Tételes étlap 2025.11.10. - 2025.11.16.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/10/2025 hétfő (00481) Gyermekek (4-6 év)		T	Gyümölcstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
			Vajkrém - natúr	317.52	75.96	0.50	8.00	3.87	0.40	0.00	0.00		
			Jégcsap retek	11.80	2.82	0.22	0.02	0.01	0.53	0.00	0.01		
			Zsemle, teljes kiőrlésű	526.81	126.03	5.34	0.77	0.07	24.28	0.00	0.56		
		E	Zellerkrémleves	317.80	76.03	2.22	3.34	1.42	8.99	0.54	0.31		
			Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10		
			Bolognai ragu	484.55	115.92	10.38	4.87	1.49	7.50	5.99	0.18		
			Tészta köret	1 068.35	255.59	9.00	4.82	0.69	43.74	0.00	0.37		
			Trappista sajt	155.44	37.19	2.77	2.81	1.79	0.16	0.00	0.04		
		U	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		
			Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00		
			Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	1.87	0.06		
				Összesen:	4 029.47	964.00	37.98	33.55	11.45	126.07	15.39	1.92	





11/11/2025 kedd	(00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Kakaó	549.35	131.42	7.17	3.43	1.88	17.80	6.99	0.27		
			Kifli, kakaós	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	0.00	0.15		
		E	Karfiolleves	391.10	93.57	3.30	4.30	0.52	10.31	0.01	0.29		
			Lencsefőzelék	1 058.40	253.21	14.08	6.07	1.87	35.26	3.60	0.28		
			Sült kolbász	258.34	61.80	3.02	5.50	1.17	0.03	0.00	0.48		
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
		U	Libamájás	386.60	92.49	2.28	8.77	2.87	0.93	0.00	0.27		
			Sárgarépa	33.63	8.04	0.24	0.04	0.01	1.62	0.00	0.06		
			Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	1.87	0.06		
			Összesen:	4 337.28	1 037.63	44.80	29.50	8.65	146.92	12.47	2.35		





11/12/2025	szerda (00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Tej	504.00	120.57	6.80	5.60	3.04	10.60	0.00	0.23		
			Tojáskrém	306.28	73.27	3.48	5.75	2.15	1.81	0.00	0.18		
			Jégcsap retek	11.80	2.82	0.22	0.02	0.01	0.53	0.00	0.01		
			Bürli TK	526.81	126.03	5.34	0.77	0.07	24.28	0.00	0.56		
		E	Paradicsomleves	612.85	146.62	3.14	3.34	0.36	25.80	11.99	0.61		
			Sült csirkecomb filé	643.33	153.91	14.72	10.15	1.66	0.74	0.00	0.17		
			Burgonyapüré	895.76	214.30	6.48	5.34	2.01	34.26	0.00	0.15		
			Céklasaláta	60.61	14.50	0.40	0.05	0.00	3.10	6.95	0.10		
		U	Kifli	627.00	150.00	3.50	1.10	0.00	30.00	0.00	0.50		
			Gyümölcs joghurt	378.84	90.63	4.38	2.50	1.05	12.55	12.55	0.14		
			Összesen:	4 567.28	1 092.65	48.46	34.62	10.35	143.67	31.49	2.65		





11/13/2025 csütörtök (00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Gyümölcstea	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		
		Kígyóuborka	9.83	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.01		
		Margarin	46.50	11.12	0.00	1.23	0.33	0.01	0.00	0.07		
		Császárszemle	753.71	180.31	6.20	0.46	0.17	37.62	0.00	1.04		
	E	Csurgatott tojás leves	322.28	77.10	2.86	4.36	0.73	6.52	0.00	0.05		
		Temesvári sertésragu	548.12	131.13	11.40	7.95	2.96	3.30	0.00	0.44		
		Bulgur	963.85	230.59	7.37	3.58	0.46	45.52	0.66	0.52		
		Körte	177.21	42.40	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
	U	Zala felvágott	204.88	49.01	3.12	3.98	1.46	0.12	0.00	0.06		
		Margarin	46.50	11.12	0.00	1.23	0.33	0.01	0.00	0.07		
		Jégsaláta	22.60	5.41	0.40	0.02	0.00	0.59	0.00	0.01		
		Teljes kiörlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
		Összesen:	4 194.74	1 003.52	44.84	32.12	11.84	135.53	7.65	2.90		





11/14/2025 péntek (00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Gyümölcstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
		Póréhagyma	30.83	7.38	0.44	0.06	0.00	1.26	0.00	0.00		
		Sajtkrém	126.45	30.25	1.18	2.29	1.23	1.22	0.00	0.01	 	
		Egyenes kifli	570.99	136.60	4.70	0.35	0.13	28.50	0.00	0.79	 	
	E	Gyümölcsle	488.82	116.94	0.14	0.00	0.00	28.00	0.00	0.01		
		Rakott burgonya	1 458.07	348.82	10.54	18.59	7.13	33.85	0.10	1.09	  	
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
		Csemege uborka	28.77	6.88	0.30	0.05	0.00	1.30	0.00	0.25		
	U	Perec, sajtos	627.00	150.00	3.45	1.10	0.50	30.00	1.65	0.25	   	
		Összesen:	3 963.86	948.29	25.41	23.06	9.03	155.55	8.74	2.90		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

