



12/15/2025

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhid rát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
12/15/2025 hétfő (00480) Gyermekek (1-3 év)		R	Gyümölcsstea	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	25.80	6.17	0.20	0.06	0.01	1.21	0.00	0.00		
			Fehér kenyér	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.05		
		T	Nektarin	115.54	27.64	0.47	0.23	0.03	5.89	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:	3 675.20	879.24	36.29	25.40	7.99	124.01	28.08	1.06		



12/16/2025 kedd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Tej	252.00	60.29	3.40	2.80	1.52	5.30	0.00	0.11		
			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		
			Teljes kiőrlésű kenyér	395.74	94.67	3.70	0.49	0.03	18.75	0.00	0.39		
			Paradicsom	18.31	4.38	0.20	0.04	0.01	0.80	0.00	0.00		
		T	Körte	110.76	26.50	0.20	0.15	0.00	6.00	0.00	0.00		
		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	219.41	52.49	2.00	0.16	0.06	10.70	0.75	0.02		
		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:	3 651.86	873.65	39.93	25.29	9.34	120.24	1.45	1.82		





12/17/2025	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	1 160.54	277.64	15.98	10.08	3.54	32.53	0.40	0.15		
			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	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00		
		Összesen:		3 757.25	898.85	40.31	28.48	12.91	120.82	18.05	0.89		





12/18/2025 csütörtök	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Gyümölcsstea	90.15	21.57	0.01	0.00	0.00	5.28	5.00	0.00		
			Sajtkrém	84.30	20.17	0.79	1.53	0.82	0.81	0.00	0.01	 	
			Cseresznyebefőtt	178.48	42.70	0.28	0.11	0.00	9.90	9.90	0.01		
			Teljes kiőrlésű kenyér	395.74	94.67	3.70	0.49	0.03	18.75	0.00	0.39		
		T	Sütőtök	162.54	38.89	0.75	0.30	0.00	8.25	0.00	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	96.61	23.11	1.36	1.76	0.49	0.42	0.00	0.02	  	
			Fehér kenyér	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.05		
			Összesen:	3 448.49	825.00	28.47	25.96	5.78	118.08	24.94	0.63		





12/19/2025	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	220.50	52.75	0.65	0.05	0.00	12.10	0.00	0.03		
				E	Paradicsomos káposzta	515.43	123.31	3.84	2.41	0.27	21.17	5.00	0.40		
					Sült csirkemell	248.12	59.36	12.35	0.96	0.18	0.25	0.00	0.10		
					Fehér kenyér	219.41	52.49	2.00	0.16	0.06	10.70	0.75	0.02		
				U	Gyümölcslé	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:		3 484.05	833.51	40.97	17.62	7.47	125.60	18.74	1.27		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

