



Tételes étlap 2026.04.27. - 2026.05.03.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
4/27/2026 hétfő (00482) Gyermekek (7-10 év)	<b>T</b> Vajkrém - natúr	317.52	75.96	0.50	8.00	3.87	0.40	0.00	0.00			
	Jégcsap retek	17.70	4.23	0.33	0.03	0.01	0.79	0.00	0.01			
	Zsemle, teljes kiőrlésű	526.81	126.03	5.34	0.77	0.07	24.28	0.00	0.56			
	<b>E</b> Zellerkrémleves	388.84	93.02	2.78	3.90	1.73	11.37	0.67	0.43	 		
	Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10	 		
	Bolognai ragu	841.72	201.37	19.31	8.30	2.71	12.12	9.99	0.29			
	Tészta köret	1 228.87	293.99	10.50	5.16	0.75	51.03	0.00	0.49	 		
	Trappista sajt	155.44	37.19	2.77	2.81	1.79	0.16	0.00	0.04			
	<b>U</b> Párizsi	181.50	43.42	2.15	3.28	1.24	1.27	0.00	0.23			
	Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13			
	Zöldpaprika	24.57	5.88	0.36	0.09	0.00	0.90	0.00	0.00			
	Fehér kenyér	658.22	157.47	6.00	0.48	0.18	32.10	2.25	0.07			
	Összesen:		4 664.23	1 115.84	50.89	39.08	13.48	138.71	12.91	2.35		





4/28/2026 kedd (00482) Gyermekek (7-10 év)	<b>T</b>	Sajtos párizsi	300.64	71.92	3.90	5.70	2.11	1.17	0.00	0.58		
		Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
		Jégsaláta	33.90	8.11	0.60	0.03	0.00	0.89	0.00	0.02		
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
	<b>E</b>	Almaleves	589.83	141.11	1.65	2.83	1.48	26.65	16.57	0.52		
		Panírozott halrudak	1 054.67	252.31	12.58	13.21	1.25	20.45	0.00	1.26		
		Párolt rizs	1 188.84	284.41	5.60	4.85	0.57	54.25	0.00	0.21		
		Majonézes kukorica	389.75	93.24	2.02	4.24	1.35	11.72	2.50	0.10		
	<b>U</b>	Kifli	627.00	150.00	3.50	1.10	0.00	30.00	0.00	0.50		
		Kockasajt	503.66	120.50	6.68	10.00	5.94	0.80	0.00	0.40		
		Gyümölcspüre, kupakos 1db	225.72	54.00	0.40	0.40	0.04	11.20	11.52	0.00		
		Összesen:	5 501.68	1 316.19	41.57	45.42	13.45	180.58	30.59	4.21		





4/29/2026 szerda (00482) Gyermek (7-10 év)	T	Gyümölcs tea	345.12	82.57	0.02	0.01	0.00	20.37	19.98	0.00	
		Snidlinges túrókrém	327.34	78.31	6.80	4.82	2.54	1.84	0.00	0.03	
		Zöldpaprika	24.57	5.88	0.36	0.09	0.00	0.90	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 snidlinges galuskával	357.66	85.56	3.62	0.81	0.20	15.75	1.48	0.66	
		Csikós tokány	842.33	201.51	18.43	11.30	4.25	6.28	0.00	0.60	
		Röszti	1 346.52	322.13	4.94	9.00	1.97	48.66	1.95	0.12	
	U	Meggyes kevert	1 102.09	263.66	6.65	6.60	1.34	43.89	21.23	0.29	
		Vanilliás ízű tej UHT 200 ml	538.44	128.81	7.00	1.00	0.54	22.80	22.80	0.23	
		Összesen:	5 378.74	1 286.77	52.45	34.24	10.88	183.93	67.44	2.42	





4/30/2026 csütörtök (00482) Gyermekek (7-10 év)	T	Halkrém	193.21	46.22	2.71	3.52	0.98	0.84	0.00	0.04		
		Póréhagyma	30.83	7.38	0.44	0.06	0.00	1.26	0.00	0.00		
		Zsemle, teljes kiőrlésű	526.81	126.03	5.34	0.77	0.07	24.28	0.00	0.56		
	E	Babgulyás	1 025.14	245.25	20.35	8.27	2.42	21.86	0.00	0.98		
		Ezüstgaluska	1 507.81	360.72	11.66	14.89	4.54	44.36	5.24	0.59		
		Vaníliásodó 7-10	837.22	200.29	6.80	5.60	3.04	30.47	12.99	0.27		
		Alma	72.71	17.39	0.20	0.20	0.00	3.50	0.00	0.01		
	U	Müzliszelet, gyümölcsös	589.68	141.08	3.60	2.80	0.76	25.20	5.40	0.04		
		Gyümölcsle - Alma 100%	488.82	116.94	0.14	0.00	0.00	28.00	0.00	0.01		
		Összesen:	5 272.23	1 261.30	51.24	36.11	11.81	179.77	23.63	2.50		

Dietetikus: Szabó Adrienne  
Élelmezésvezető: Strohmajer Miklós

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!  
Jó étvágyat kívánunk!

