



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 (00481) Gyermek (4-6 év)	T Gyümölcsstea	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		





4/28/2026 kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Tej 2,8%	252.00	60.29	3.40	2.80	1.52	5.30	0.00	0.11		
		Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
		Sajtos párizsi	200.42	47.95	2.60	3.80	1.41	0.78	0.00	0.39		
		Jégsaláta	22.60	5.41	0.40	0.02	0.00	0.59	0.00	0.01		
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
	E	Almaleves	304.49	72.85	1.31	1.97	0.99	12.01	3.39	0.41		
		Panírozott halrudak	439.63	105.17	6.29	4.29	0.36	10.23	0.00	0.63		
		Párolt rizs	938.81	224.60	4.80	2.04	0.24	46.50	0.00	0.03		
		Majonézes kukorica	473.66	113.31	1.82	5.81	1.58	13.49	5.00	0.18		
	U	Kifli	627.00	150.00	3.50	1.10	0.00	30.00	0.00	0.50		
		Kockasajt	251.83	60.25	3.34	5.00	2.97	0.40	0.00	0.20		
		Gyümölcsle	488.82	116.94	0.14	0.00	0.00	28.00	0.00	0.01		
		Összesen:	4 586.93	1 097.36	32.24	29.89	9.78	170.75	8.39	3.09		





4/29/2026 szerda (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01	
		Snidlinges túrókrém	187.64	44.89	4.05	2.69	1.42	1.07	0.00	0.02	
		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 snidlinges galuskával	288.61	69.05	2.95	0.62	0.16	12.75	1.11	0.50	
		Csikós tokány	659.96	157.89	13.92	9.04	3.36	5.00	0.00	0.47	
		Röszti	1 009.89	241.60	3.71	6.75	1.48	36.50	1.46	0.09	
	U	Tej 2,8%	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:		4 147.52	992.24	41.65	30.66	10.57	131.06	24.54	2.04	





4/30/2026 csütörtök (00481) Gyermekek (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	
		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	689.68	165.00	13.72	5.24	1.58	15.35	0.00	0.33	
		Ezüstgaluska	1 215.04	290.68	9.46	12.06	3.67	35.54	4.20	0.47	
		Vaníliásodó	604.30	144.57	5.10	4.20	2.28	21.44	9.19	0.19	
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01	
	U	Müzliszelet, gyümölcsös	294.84	70.54	1.80	1.40	0.38	12.60	2.70	0.02	
		Gyümölcsle	244.41	58.47	0.07	0.00	0.00	14.00	0.00	0.01	
		Összesen:	4 082.79	976.76	39.07	27.66	8.96	140.29	23.08	1.64	

Dietetikus: Szabó Adrienne
Élelmezésvezető: Strohmajer Miklós

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

