



Tételes étlap 2026.02.02. - 2026.02.08.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2/2/2026 hétfő (00110) Óvodás (4-6 év)	T Tej 4-6 *	304.29	72.68	5.10	2.25	1.22	7.95	0.00	0.20		
	Magos sajtkrém 4-6 *	302.21	72.19	0.55	7.70	2.27	0.14	0.05	0.15		
	Teljes kiőrlésű kenyér	407.97	97.60	3.44	0.76	0.24	17.32	0.13	0.52		
	Uborka**	19.66	4.70	0.40	0.04	0.00	0.68	0.00	0.00		
	E Magyaros karfiolleves 4-6 *	128.09	30.64	1.94	0.67	0.07	4.11	0.01	0.15		
	Párolt rizsköret 4-6 *	886.18	212.01	4.80	0.64	0.09	46.50	0.00	0.16		
	Barbecue csirkecomb *	458.68	109.56	16.73	4.45	1.08	0.56	0.33	0.20		
	U Pogácsa sajtos	728.00	174.16	4.30	7.85	3.75	21.10	0.80	0.40		
	Alma**	145.41	30.95	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.00		
	Összesen:	3 380.49	804.49	37.66	24.76	8.72	105.36	1.32	1.78		
2/3/2026 kedd (00110) Óvodás (4-6 év)	T Citromos tea 4-6	26.69	6.38	0.00	0.00	0.00	1.56	1.50	0.00		
	Májkrém 4-6	151.65	36.26	1.34	3.15	1.00	0.60	0.00	0.20		
	Graham kenyér	399.61	95.60	3.40	5.20	0.23	16.89	1.52	0.55		
	Jégcsapretek	23.60	5.65	0.44	0.04	0.01	1.05	0.00	0.02		
	E Húsleves 4-6 *	59.92	14.34	0.54	0.10	0.01	2.68	0.01	0.13		
	Főtt sertéshús 4-6	601.23	143.60	8.75	11.95	4.26	0.15	0.00	0.09		





2/3/2026 kedd	(00110) Óvodás (4-6 év)	E	Burgonya sós féladag 4-6 *	313.56	75.01	2.00	0.16	0.02	16.00	0.00	0.05	
			Egresmártás *mir.*4-6 *	556.95	133.14	3.51	2.77	1.53	22.82	10.32	0.13	
		U	Gépsonka Sümegi	130.96	31.28	4.52	1.42	0.49	0.08	0.00	0.22	
			Margarin (szendvics)	7.40	1.77	0.00	0.20	0.06	0.00	0.00	0.00	
			Zsemle	421.65	100.87	3.56	0.34	0.14	21.91	1.84	0.57	
			Jégسالáta	0.75	0.18	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	0.00	
			Összesen:	2 693.97	644.08	28.07	25.33	7.75	83.76	15.19	1.96	
2/4/2026 szerda	(00110) Óvodás (4-6 év)	T	Sertés párizsi Kométa am.	445.62	106.43	5.95	9.10	3.44	0.10	0.00	0.00	
			Margarin (szendvics)	14.80	3.54	0.00	0.40	0.12	0.00	0.00	0.00	
			Graham kenyér	399.61	95.60	3.40	5.20	0.23	16.89	1.52	0.55	
			Jégcsapretek	23.60	5.65	0.44	0.04	0.01	1.05	0.00	0.02	
			gyümölcsstea 4-6	77.38	18.51	0.00	0.00	0.00	4.61	4.61	0.00	
		E	Húsgaluska leves 4-6 *	603.82	144.23	8.16	9.99	3.49	5.24	0.01	0.20	
			Sajtos-tejfölös tészta 4-6 *	1 139.23	272.11	12.35	9.88	4.90	33.25	0.00	1.44	
			Alma**	145.41	30.95	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.00	
		U	Csemege,paprikás szalámi	63.45	15.18	0.74	0.94	0.52	0.15	5.58	0.09	
			Margarin (szendvics)	14.80	3.54	0.00	0.40	0.12	0.00	0.00	0.00	
			Zsemle	421.65	100.87	3.56	0.34	0.14	21.91	1.84	0.57	












2/4/2021		00110											
2/5/2026 csütörtök (00110) Óvodás (4-6 év)	U	Csemege uborka	34.52	8.26	0.36	0.06	0.00	1.56	0.00	0.00			
		Összesen:	3 383.89	804.87	35.36	36.75	12.97	91.76	13.56	2.87			
	T	Tojáskrém házi 4-6 *	276.65	66.08	1.70	6.39	1.71	0.37	0.15	0.11			
		Teljes kiőrlésű kenyér	407.97	97.60	3.44	0.76	0.24	17.32	0.13	0.52			
		Póréhagyma**	7.70	1.84	0.00	0.00	0.00	0.03	0.00	0.00			
		Tejeskávés 4-6 *	576.25	137.70	6.86	3.00	1.63	20.69	9.49	0.27			
	E	Édesburgonya krémleves 4-6 *	245.00	58.57	1.52	1.21	0.53	10.25	1.46	0.03			
		Vasi pecsenye 4-6*	715.72	170.97	17.98	8.08	2.57	6.44	0.00	0.20			
		Vegyesvágott	41.58	9.95	0.55	0.10	0.05	1.70	0.00	0.00			
		Zöldséges törökrizs 4-6*	797.40	190.49	6.97	1.86	0.16	39.18	0.00	0.07			
		Levesgyöngy**25%	460.08	110.07	1.67	7.63	0.93	8.55	0.00	0.21			
	U	Kenyer**	431.38	103.20	3.50	0.38	0.12	21.28	1.40	0.61			
		Túrókrém asz.szilvás4-6*	147.59	35.27	2.51	1.33	0.72	3.29	2.63	0.01			
		Alma**	145.41	30.95	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.00			
		Összesen:	4 252.73	1 012.69	47.10	31.14	8.66	136.10	15.26	2.03			





2/6/2026 péntek (00110) Óvodás (4-6 év)	T	Graham kenyér	399.61	95.60	3.40	5.20	0.23	16.89	1.52	0.55	 	
		Tej 4-6 *	304.29	72.68	5.10	2.25	1.22	7.95	0.00	0.20		
		halkrém házi 4-6	212.07	50.68	0.82	5.19	1.25	0.15	0.00	0.05	  	
	E	Hamisgulyás 4-6	210.13	50.27	1.47	0.14	0.02	10.51	0.00	0.00		
		Vagdalt 4-6	635.64	151.84	7.79	9.86	3.22	7.85	0.00	0.28	  	
		Paradicsomos káposzta4-6	504.61	120.66	3.61	0.95	0.14	24.03	7.49	0.02		
		Kenyér**	431.38	103.20	3.50	0.38	0.12	21.28	1.40	0.61	 	
	U	Kockasajt db**18%	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
		Kifli	519.00	124.16	4.11	1.23	0.60	25.36	1.00	0.71		
			Összesen:	3 216.73	769.09	29.80	25.20	6.80	114.02	11.41	2.42	

