



Tételes étlap 2026.03.30. - 2026.04.05.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
3/30/2026 hétfő	(00110) Óvodás (4-6 év)	T	Mézes tej 4-6	365.83	87.40	5.12	2.25	1.22	11.60	3.65	0.20		
			Májkrémes szendvics	756.92	181.04	6.01	6.30	1.92	22.61	0.16	0.91		
		E	Halleves halgaluskával 4-6 *	429.04	102.52	6.77	3.86	0.79	10.13	0.08	0.35		
			Pásztor tarhonya 4-6*	1 560.48	372.84	15.77	18.06	5.04	36.36	0.24	0.48		
			Svanyú	28.60	6.84	0.58	0.06	0.02	0.99	0.00	1.79		
		U	Sonkás szendvics	565.14	135.20	4.75	3.57	1.08	21.98	1.88	0.63		
			Összesen:	3 706.01	885.84	39.00	34.10	10.07	103.67	6.01	4.36		
3/31/2026 kedd	(00110) Óvodás (4-6 év)	T	Tejeskávé 4-6 *	576.25	137.70	6.86	3.00	1.63	20.69	9.49	0.27		
			Pogácsa sajtos	728.00	174.16	4.30	7.85	3.75	21.10	0.80	0.40		
		E	Hamisgulyás 4-6 *	491.41	117.55	2.55	4.18	0.58	17.08	0.58	0.16		
			Sült kolbász 4-6*	206.32	49.36	0.98	4.96	1.23	0.17	0.00	0.15		
			Szárazbabfőzelék4-6 *	965.79	230.75	11.62	6.17	1.19	31.98	0.08	0.17		
			Kenyér**	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.53		
		U	Magyaros vajkrémes szendvics	747.36	178.68	3.90	8.55	2.36	19.39	0.14	0.69		
			Összesen:	4 153.95	993.18	34.21	35.03	10.86	131.81	12.59	2.37		





4/1/2026	szerda (00110) Óvodás (4-6 év)	T	Vaníliás tej ! 4-6*	640.68	153.12	6.80	3.00	1.63	24.59	13.99	0.27		
			Magvas sajtkrém szendvics *	698.76	167.08	4.68	7.76	2.57	17.62	0.23	0.75		
		E	Zöldbableves 4-6*	510.61	90.75	3.62	4.83	0.66	18.12	1.15	0.14		
			Taco-barbecue csirke4-6*	289.43	69.14	14.85	0.67	0.16	0.84	1.10	0.15		
			Török rizs 4-6*	820.75	196.07	6.15	3.45	0.43	37.94	0.00	0.32		
			Bombi, puszedli	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
		U	Sárgarépás-zalás szendvics	853.93	204.22	5.36	13.53	4.03	15.81	1.39	0.98		
			Összesen:	3 814.16	880.38	41.46	33.24	9.48	114.92	17.86	2.61		
4/2/2026	csütörtök (00110) Óvodás (4-6 év)	T	Citromos tea 4-6 *	87.08	20.83	0.01	0.00	0.00	5.12	5.00	0.00		
			Párizsi felvágottas szendvics	877.08	209.83	3.67	17.14	4.95	9.07	0.15	0.80		
		E	Tarhonyaleves 4-6 *	491.85	117.60	3.69	3.02	0.82	18.65	0.99	0.24		
			Sertés sült (egyben sütve)4-6*	674.47	161.15	16.87	10.20	2.73	0.45	0.11	0.32		
			Parajfőzelék 4-6 *	539.95	129.07	4.54	7.12	1.14	11.57	0.00	0.17		
			Kenyér**	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.53		
		U	Kifli	519.00	124.16	4.11	1.23	0.60	25.36	1.00	0.71		
			Kockasajt db**18%	162.29	38.83	2.40	2.90	1.91	0.74	0.74	0.29		
			Összesen:	3 790.54	906.45	39.29	41.93	12.27	92.36	9.49	3.06		

