Tételes étlap 2026.04.27. - 2026.05.03.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
4/27/2026 hétfő	(00100) Bölcsödés (1-3 év)	**R**	Magyaros vajkrémes szendvics	679.42	162.44	3.55	7.77	2.14	17.63	0.13	0.62		
			Kakaó 1-3*	541.03	129.28	6.81	3.02	1.64	18.60	7.99	0.27		
		T	Alma**	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	5.95	0.01		
		E	Burgonyagombóc leves 1-3*	222.38	53.20	0.82	2.87	0.33	5.83	0.36	0.10		
			Sertés pörkölt 1-3 *	771.48	184.33	8.99	15.69	4.68	1.60	0.00	0.10		
			Tökfőzelék 1-3 *	447.72	107.04	2.57	6.99	2.18	8.36	0.66	0.15		
			Kenyér**	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.53		
		U	Kakaós csiga	621.11	148.59	0.78	5.25	2.04	24.39	7.51	0.12		
			Összesen:	3 867.37	924.65	27.92	42.31	13.13	104.81	24.10	1.90		
4/28/2026 kedd	(00100) Bölcsödés (1-3 év)	**R**	Tej 1-3 *	304.29	72.68	5.10	2.25	1.22	7.95	0.00	0.20		
			Sonkakrémes szendvics	627.13	149.96	5.69	4.43	1.25	21.68	1.57	0.65		
		T	Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	0.00	0.00		
		E	Füstölt sajtos karfiolkréml *	318.09	76.07	2.71	3.96	1.29	7.16	0.36	0.24		
			Hentes tokány 1-3*	677.81	161.96	8.17	13.59	3.93	1.57	0.00	0.16		
			Tészta köret 1-3*	722.73	172.68	5.89	5.23	0.67	25.37	0.00	0.87		
		U	Ivójoghurt	694.32	165.84	5.59	5.79	3.13	22.45	22.45	0.49		

28/202	(00100)	U	Gabonapehely	783.00	187.32	3.50	1.50	0.00	39.00	0.00	0.00	
			Összesen:	4 566.14	1 091.48	37.95	36.85	11.49	149.38	24.38	2.61	
4/29/2026 szerda	(00100) Bölcsödés (1-3 év)	R	gyümölcstea 1-3	65.00	15.55	0.00	0.00	0.00	3.87	3.87	0.00	
			Párizsi felvágottas szendvics	788.71	188.69	5.01	9.97	2.97	17.68	0.17	0.89	
		T	Alma**	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	5.95	0.01	
			Piskóta	1 595.07	379.78	6.93	9.35	2.59	66.98	0.00	0.00	
		E	Karalábé leves 1-3*	217.36	51.99	1.73	2.02	0.23	6.61	0.77	0.12	
			Carbonara spagetti 1-3 *	1 703.19	407.28	15.28	20.92	5.05	38.96	0.55	0.70	
		U	Sajtkrémes szendvics	588.22	140.68	4.68	3.94	1.36	21.47	1.56	0.65	
			Összesen:	5 102.96	1 218.76	34.03	46.60	12.20	162.57	12.87	2.37	
4/30/2026 csütörtök	(00100) Bölcsödés (1-3 év)	R	Citromos tea 1-3 *	87.03	20.82	0.01	0.00	0.00	5.12	5.00	0.00	
			Mazsolás túrókrémes szendvics	539.28	128.99	5.17	1.94	0.88	20.73	2.84	0.53	
		T	Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	0.00	0.00	
		E	Sertés sült (egyben sütve)1-3*	505.85	120.86	12.65	7.65	2.05	0.34	0.08	0.22	
			Sóskamártás 1-3*	532.59	127.32	3.79	4.69	0.80	16.89	5.99	0.10	
			Burgonya sós féladag 1-3 *	274.36	65.64	1.75	0.14	0.02	14.00	0.56	0.05	
		U	Croissan, csokis	1 437.00	343.78	6.67	14.81	7.96	47.75	16.91	0.69	
			Összesen:	3 814.88	912.38	31.34	29.33	11.71	129.03	31.38	1.59	