



Tételes étlap 2026.04.20. - 2026.04.26.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
4/20/2026 hétfő (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		
	Kenőmájás szendvics	628.10	150.22	4.49	3.93	1.07	21.79	0.16	0.70		
	E Brokkolikrémleves 4-6*	306.03	73.17	2.77	3.90	0.80	6.56	0.20	0.13		
	Babérlev.-tejf. pu.tokány4-6*	672.41	160.69	12.93	10.73	3.00	2.94	0.31	0.16		
	Tészta köret 4-6 *	903.42	215.85	7.36	6.54	0.84	31.72	0.00	1.07		
	U Korpás zsemle, kifli	748.85	179.15	7.45	1.06	0.11	34.75	0.46	0.90		
	Ivójoghurt	694.32	165.84	5.59	5.79	3.13	22.45	22.45	0.49		
Összesen:	4 040.21	965.75	40.60	31.95	8.95	125.33	28.58	3.45			
4/21/2026 kedd (00110) Óvodás (4-6 év)	T Tej 4-6 *	405.72	96.90	6.80	3.00	1.63	10.60	0.00	0.27		
	Sonkkrémes szendvics	745.01	178.16	6.93	4.59	1.31	27.07	1.96	0.80		
	E Paradicsom leves 4-6*	532.26	127.31	2.24	4.06	0.47	20.28	9.04	0.15		
	Káposzta saláta sav.	80.78	19.29	0.96	0.12	0.02	3.42	0.00	0.00		
	Fokhagymás halfilé 4-6*	457.09	109.22	12.64	5.07	0.96	3.22	0.00	0.18		
	Gombás rizs 4-6*	842.30	201.51	3.87	5.80	0.86	33.21	0.26	0.25		
	U Magvas sajtkrém szendvics *	698.76	167.08	4.68	7.76	2.57	17.62	0.23	0.75		
Összesen:	3 761.92	899.47	38.12	30.40	7.82	115.42	11.49	2.40			





4/22/2026 szerda (00110) Óvodás (4-6 év)	T	gyümölcsstea 4-6	77.38	18.51	0.00	0.00	0.00	4.61	4.61	0.00	
		Párizsi felvágottas szendvics	877.08	209.83	3.67	17.14	4.95	9.07	0.15	0.80	
	E	Kenyér**	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.53	
		Daragaluska leves 4-6 *	282.58	67.54	1.78	2.42	0.36	9.51	0.33	0.06	
		Sertés pörkölt 4-6 *	973.69	232.65	11.36	19.74	5.90	2.16	0.00	0.12	
		Zöldborsófőzelék 4-6 *	633.24	151.40	6.79	5.61	0.90	18.15	0.00	0.06	
	U	Vajasmézes kenyér	710.35	169.88	4.32	5.15	1.44	24.10	2.59	0.71	
		Alma**	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	5.95	0.01	
	Összesen:	4 138.55	989.58	32.32	50.78	13.67	96.00	15.13	2.29		
4/23/2026 csütörtök (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	
		Tojáskrémes szendvics	804.55	192.37	6.35	7.59	2.07	22.21	0.39	0.77	
	E	Magyaros karfiolleves 4-6 *	311.55	74.53	2.67	3.61	0.40	7.70	0.58	0.17	
		Sült csirkecomb 4-6	401.36	95.89	12.42	4.95	0.99	0.35	0.21	0.26	
		Zöldséges törökrizs 4-6*	923.71	220.70	6.97	5.20	0.54	39.18	0.00	0.07	
		Svanyú	23.83	5.70	0.49	0.05	0.02	0.82	0.00	1.49	
	U	Felvágott klf. szendvics	1 007.89	241.05	6.47	14.43	3.94	22.20	1.90	1.17	
		Összesen:	4 049.14	967.94	42.23	38.83	9.59	113.15	12.57	4.20	





4/24/2026 péntek (00110) Óvodás (4-6 év)	T	Margarinos szendvics	781.30	186.91	4.40	7.97	2.20	21.90	0.20	0.75	 	
		Tej 4-6 *	405.72	96.90	6.80	3.00	1.63	10.60	0.00	0.27		
	E	Kenyér**	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.53	 	
		Székelygulyás4-6	703.99	168.24	6.55	14.36	4.20	2.99	0.38	0.57	 	
		Darásmetélt ízzel 4-6	1 594.66	381.39	7.01	10.08	1.20	65.20	21.76	0.12	  	
	U	Gabonás keksz kakaós	1 972.96	472.00	8.80	20.00	9.50	61.00	6.02	0.55	      	
		Alma**	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	5.95	0.01		
			Összesen:	6 042.86	1 445.21	37.96	56.13	18.85	190.09	35.81	2.80	

