



Tételes étlap 2026.05.04. - 2026.05.10.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/4/2026 hétfő (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		
	Kenőmájás szendvics	628.10	150.22	4.49	3.93	1.07	21.79	0.16	0.70		
	E Kolbászos krumplileves 4-6 *	536.58	128.29	3.51	6.45	1.42	13.71	0.56	0.38		
	Pipi-ropogós 4-6	900.06	214.80	3.85	20.92	1.59	0.07	0.00	0.01		
	Finomfőzelék 4-6 *	588.01	140.58	4.75	5.52	0.91	17.73	2.00	0.20		
	Kenyér**	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.53		
	U Csemege paprikás sz. szendvics	625.39	149.61	3.79	5.49	1.61	22.00	3.36	0.66		
Összesen:		4 293.21	1 026.18	31.25	45.63	8.35	117.39	17.07	2.75		
5/5/2026 kedd (00110) Óvodás (4-6 év)	T Karamellás tej 4-6	514.08	122.87	5.10	2.25	1.22	20.44	12.49	0.20		
	Párizsikrémes szendvics	723.95	173.11	5.37	5.99	1.85	21.96	0.25	0.88		
	E Frankfurti leves 4-6 *	542.44	129.70	4.68	7.76	2.05	10.01	0.56	0.58		
	Zöldséges sertésrizottó 4-6 *	1 663.88	397.78	14.33	21.89	6.06	35.32	0.26	0.25		
	Svanyú	19.07	4.56	0.39	0.04	0.01	0.66	0.00	1.19		
	Alma**	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	5.95	0.01		
	U Ökörszem	1 080.00	258.37	8.21	5.50	2.21	45.67	10.99	0.60		
Összesen:		4 688.83	1 121.18	38.48	43.83	13.40	141.06	30.50	3.71		





5/6/2026 szerda (00110) Óvodás (4-6 év)	T	Kakaó 4-6*	574.86	137.37	6.82	3.02	1.64	20.60	9.99	0.27		
		Sajtkrémés szendvics	626.39	149.80	4.69	5.21	1.90	22.03	1.94	0.77		
	E	Gyümölcs leves 4-6 *	485.46	116.07	2.63	1.46	0.78	22.83	11.41	0.10		
		Csirkepörkölt 4-6*	890.73	212.86	23.59	11.38	2.08	3.80	0.00	0.36		
		Tészta köret 4-6 *	903.42	215.85	7.36	6.54	0.84	31.72	0.00	1.07		
		Vegyesvágott	58.21	13.93	0.77	0.14	0.07	2.38	0.00	0.00		
	U	Sonkás szendvics	565.14	135.20	4.75	3.57	1.08	21.98	1.88	0.63		
	Összesen:	4 104.21	981.08	50.61	31.32	8.39	125.34	25.22	3.20			
5/7/2026 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		
		Tojáskrémés szendvics	804.55	192.37	6.35	7.59	2.07	22.21	0.39	0.77		
	E	Magyaros gombaleves 4-6 *	229.76	54.97	1.57	2.92	0.32	5.47	1.14	0.23		
		Sertés sült (egyben sültve)4-6*	674.47	161.15	16.87	10.20	2.73	0.45	0.11	0.32		
		Paradicsomos káposzta4-6*	761.91	182.22	4.67	5.27	0.63	28.42	7.99	0.10		
		Kenyér**	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.53		
	U	Ivójoghurt	694.32	165.84	5.59	5.79	3.13	22.45	22.45	0.49		
	Mákos rigó	852.67	203.99	6.07	5.81	2.28	31.61	3.66	0.50			
	Összesen:	4 543.58	1 086.35	45.13	37.90	11.28	137.13	42.24	2.94			





5/8/2026 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 *	405.72	96.90	6.80	3.00	1.63	10.60	0.00	0.27	
		halkrém házi 4-6*	630.50	150.68	2.42	15.57	3.74	0.18	0.00	0.15	
		Lilahagyma	16.54	3.96	0.12	0.01	0.00	0.83	0.00	0.00	
	E	Gulyásleves 4-6	760.79	181.82	8.08	12.92	3.79	7.95	0.40	0.14	
		Nudli /zs.morzsa/ 4-6	744.70	178.05	2.78	9.54	1.08	19.91	0.00	0.69	
		Barackíz	241.66	57.81	0.10	0.00	0.00	14.26	14.26	0.00	
		Kenyér**	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.53	
	U	Kockasajt db**18%	162.29	38.83	2.40	2.90	1.91	0.74	0.74	0.29	
		Kifli	519.00	124.16	4.11	1.23	0.60	25.36	1.00	0.71	
		Összesen:	4 319.63	1 032.79	34.21	50.69	13.10	118.12	19.42	3.33	

