



Tételes étlap 2026.06.08. - 2026.06.14.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
6/8/2026 hétfő (00100) Bölcsődés (1-3 év)	R Kakaó 1-3*	541.03	129.28	6.81	3.02	1.64	18.60	7.99	0.27		
	Kenőmájás szendvics	499.05	119.36	3.62	3.04	0.92	17.44	0.13	0.56		
	T Banán	877.54	209.94	2.60	0.20	0.00	48.40	0.00	0.00		
	E Mexikói sertéstokány 1-3	780.35	180.25	7.79	15.06	3.55	4.60	0.09	0.07		
	Burgonyapüré pehelyből *	66.92	15.99	0.92	0.37	0.20	2.25	0.00	0.07		
	Fahéjas körteleves 1-3 *	337.60	80.72	1.49	0.98	0.48	16.33	6.68	0.04		
	U Kockasajt db**18%	162.29	38.83	2.40	2.90	1.91	0.74	0.74	0.29		
	Kenyer**	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.53		
	Uborka**	19.66	4.70	0.40	0.04	0.00	0.68	0.00	0.00		
Összesen:	3 723.26	884.05	30.03	25.93	8.82	130.44	17.13	1.83			
6/9/2026 kedd (00100) Bölcsődés (1-3 év)	R Tejbedara kakaós szórással1-3*	1 439.77	344.06	10.93	3.83	2.08	66.14	25.97	0.27		
	T Alma**	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	5.95	0.01		
	E Karalábé leves 1-3*	217.36	51.99	1.73	2.02	0.23	6.61	0.77	0.12		
	Húsgombóc 1-3 *	700.74	167.45	8.14	10.16	3.57	10.70	0.10	0.17		
	Paradicsom mártás1-3 *	400.44	95.76	1.49	3.01	0.36	15.57	7.99	0.10		
Burgonya sós féladag 1-3 *	274.36	65.64	1.75	0.14	0.02	14.00	0.56	0.05			
















6/9/2026	(00100)	U	Felvágott klf. szendvics	692.14	165.55	5.45	6.31	1.92	21.54	1.78	0.55		
			Összesen:	3 870.22	925.24	29.89	25.87	8.18	141.56	43.12	1.27		
6/10/2026	(00100)	R	Párizsi felvágottas szendvics	788.71	188.69	5.01	9.97	2.97	17.68	0.17	0.89		
			gyümölcsstea 1-3	65.00	15.55	0.00	0.00	0.00	3.87	3.87	0.00		
		T	Nektarin	82.40	19.71	0.38	0.18	0.02	4.71	0.00	0.00		
		E	Csirkepörkölt 1-3*	635.21	151.79	17.15	7.93	1.47	2.79	0.00	0.24		
			Tészta köret 1-3*	722.73	172.68	5.89	5.23	0.67	25.37	0.00	0.87		
			Tejfölös karfiolleves *	392.36	93.86	2.94	4.09	0.89	11.17	1.08	0.19		
			Piskóta szelet, epres	1 630.20	390.00	6.20	15.50	10.30	55.90	7.77	0.51		
			Svanyú	19.07	4.56	0.39	0.04	0.01	0.66	0.00	1.19		
		U	Kifli	519.00	124.16	4.11	1.23	0.60	25.36	1.00	0.71		
			Ivójoghurt	694.32	165.84	5.59	5.79	3.13	22.45	22.45	0.49		
	Összesen:	5 549.00	1 326.84	47.66	49.96	20.06	169.96	36.34	5.09				
6/11/2026	(00100)	R	Citromos tea 1-3 *	87.03	20.82	0.01	0.00	0.00	5.12	5.00	0.00		
			Körözött túrókrémes szendvics	482.25	115.35	4.91	1.74	0.76	18.06	0.23	0.53		
		T	Banán	175.51	41.99	0.52	0.04	0.00	9.68	0.00	0.00		
			Piskóta	3 190.15	759.56	13.86	18.70	5.18	133.96	0.00	0.00		
		E	Húsleves 1-3 *	86.75	20.75	0.72	0.09	0.01	4.18	0.25	0.10		





6/11/2026 csütörtök (00100) Bölcsődés (1-3 év)		E	Főtt sertéshús 1-3 *	399.42	95.40	12.60	4.86	1.73	0.24	0.00	0.13		
			Burgonya sós féladag 1-3 *	274.36	65.64	1.75	0.14	0.02	14.00	0.56	0.05		
			Sóskamártás 1-3*	532.59	127.32	3.79	4.69	0.80	16.89	5.99	0.10	 	
		U	Sümegei sonkás szendvics	775.33	185.45	6.92	8.83	2.51	17.58	0.17	0.79	   	
			Összesen:	6 003.39	1 432.28	45.08	39.09	11.01	219.71	12.20	1.70		
6/12/2026 péntek (00100) Bölcsődés (1-3 év)		R	Tejeskávé 1-3 *	540.83	129.23	6.85	3.00	1.63	18.59	7.49	0.27	 	
			Magvas sajtkrém szendvics *	588.09	140.64	4.19	5.11	1.68	17.51	0.19	0.66	 	
		T	Alma**	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	5.95	0.01		
		E	Teljes kiőrlésű kenyér	407.97	97.60	3.44	0.76	0.24	17.32	0.13	0.52		
			Milánói makaróni 1-3*	1 559.36	372.64	15.16	17.30	5.20	43.40	1.72	1.17	   	
		U	Csemege paprikás sz. szendvics	656.41	157.03	3.84	6.25	1.83	22.02	3.73	0.68	   	
			Összesen:	3 898.07	931.93	33.88	32.82	10.58	125.84	19.21	3.31		

