



Tételes étlap 2026.06.15. - 2026.06.21.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
6/15/2026 hétfő (00100) Bölcsődés (1-3 év)	R Citromos tea 1-3 *	87.03	20.82	0.01	0.00	0.00	5.12	5.00	0.00		
	Párizsi felvágottas szendvics	788.71	188.69	5.01	9.97	2.97	17.68	0.17	0.89		
	T Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	0.00	0.00		
	E Sertés pörkölt 1-3 *	771.48	184.33	8.99	15.69	4.68	1.60	0.00	0.10		
	Zöldborsófőzelék 1-3 *	520.36	124.41	5.68	4.54	0.75	14.97	0.00	0.06		
	Kenyér**	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.53		
	Lebbencsleves 1-3	346.47	82.85	2.07	2.82	0.81	12.06	0.37	0.12		
	U Halkrém szendvics	609.14	145.69	4.42	5.59	1.36	17.49	0.13	0.61		
Összesen:	4 000.78	956.74	31.48	39.03	10.69	114.52	7.17	2.31			
6/16/2026 kedd (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		
	Sajtkrém kenyér	558.22	133.50	4.39	4.20	4.67	17.58	0.16	0.65		
	T Nektarin	206.00	49.28	0.94	0.46	0.05	11.78	0.00	0.00		
	E Kukoricás rizs 1-3*	731.08	174.90	2.72	5.72	0.80	27.93	0.20	0.10		
	Sült csirkemell 1-3*	434.96	103.96	13.01	3.87	0.57	4.17	0.13	0.15		
	Sajtmártás alapból 1-3 *	442.80	105.93	2.20	7.20	4.80	8.20	0.94	1.15		





6/16/202	(00100)	U	Sonkás szendvics	614.52	147.01	5.46	4.28	1.27	21.49	1.54	0.60			
			Összesen:	3 528.61	843.86	35.53	28.75	13.80	109.75	10.96	2.92			
6/17/2026	(00100)	Bölcsődés (1-3 év)	R	Tej 1-3 *	304.29	72.68	5.10	2.25	1.22	7.95	0.00	0.20		
				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	májjas töltelék1-3	421.79	100.74	11.64	2.55	0.90	7.74	0.03	0.28		
				Finomfőzelék 1-3 *	498.57	119.20	4.15	4.55	0.80	15.22	2.00	0.15		
				Csontleves tésztab. 1-3 *	193.16	46.18	1.30	2.39	0.29	4.80	0.21	0.15		
			U	Felvágott klf. szendvics	692.14	165.55	5.45	6.31	1.92	21.54	1.78	0.55		
				Összesen:	3 088.00	738.31	34.11	20.09	6.01	102.18	6.86	1.86		
6/18/2026	(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		
				Melegszendvics 1-3	538.36	128.71	3.61	5.57	1.91	15.60	0.19	0.68		
			T	Banán	219.39	52.48	0.65	0.05	0.00	12.10	0.00	0.00		
			E	Sertés sült (egyben sültve)1-3*	505.85	120.86	12.65	7.65	2.05	0.34	0.08	0.22		
				Zöldbabfőzelék 1-3 *	556.86	133.12	4.76	6.05	1.57	14.67	0.31	0.12		
			U	Felvágott klf. szendvics	692.14	165.55	5.45	6.31	1.92	21.54	1.78	0.55		
				Összesen:	3 053.43	729.95	33.97	28.63	9.08	82.84	9.85	1.84		





6/19/2026 péntek (00100) Bölcsődés (1-3 év)	R	Tej 1-3 *	304.29	72.68	5.10	2.25	1.22	7.95	0.00	0.20	
		Bundás kenyér 1-3	664.64	158.98	3.37	9.05	1.25	15.54	1.17	0.49	
	T	Alma**	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	5.95	0.01	
	E	Tarhonyáshús 1-3	1 333.30	312.35	11.09	17.95	3.84	27.88	0.03	0.27	
		Káposzta saláta 1-3	155.31	37.15	1.01	0.13	0.02	7.79	4.20	0.02	
	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:	3 284.24	778.94	27.48	33.91	8.84	92.26	13.09	1.99	

