



Tételes étlap 2026.08.03. - 2026.08.09.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
8/3/2026 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		
			Sajtkrémés kenyér	558.22	133.50	4.39	4.20	1.50	17.58	0.16	0.65		
		T	Alma**	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	5.95	0.01		
			Zöldborsófőzelék 1-3 *	520.36	124.41	5.68	4.54	0.75	14.97	0.00	0.06		
		U	Borsos tokány 1-3 *	873.99	208.85	10.06	15.08	4.72	8.00	0.00	0.19		
			Ivójoghurt	694.32	165.84	5.59	5.79	3.13	22.45	22.45	0.49		
			Kifli	519.00	124.16	4.11	1.23	0.60	25.36	1.00	0.71		
			Összesen:	3 398.33	812.37	30.24	31.24	10.70	100.48	34.56	2.11		
8/4/2026 kedd (00100) Bölcsődés (1-3 év)		R	gyümölcstea 1-3	65.00	15.55	0.00	0.00	0.00	3.87	3.87	0.00		
			Bundás kenyér 1-3 *	1 255.20	300.25	5.60	22.17	2.96	17.42	0.23	0.63		
			Paradicsom**	27.47	6.57	0.30	0.06	0.01	1.20	0.00	0.00		
		T	Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	0.00	0.00		
			Paradicsom leves 1-3*	407.00	97.35	1.70	3.05	0.35	15.64	7.03	0.10		
		E	Labanc pecsenye 1-3 *	690.34	165.03	11.62	8.70	2.53	9.88	0.22	0.30		
			Hagymás törtburgonya 1-3 *	779.88	186.57	3.87	4.95	0.57	30.83	1.20	0.10		
			Svanyú	14.30	3.42	0.29	0.03	0.01	0.49	0.00	0.89		





8/4/2021	(00100)	U	Felvágott klf. szendvics	861.03	205.93	6.42	10.31	3.11	21.63	1.54	1.00	   	
			Összesen:	4 538.99	1 085.64	31.10	49.37	9.54	125.16	14.09	3.02		
8/5/2026 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	Görögdinnye	130.10	31.13	0.50	0.20	0.00	6.50	0.00	0.00		
		E	Sült csirkecomb 1-3 *	477.25	114.02	14.64	5.94	1.18	0.41	0.24	0.17	      	
			Vegyesvágott	41.58	9.95	0.55	0.10	0.05	1.70	0.00	0.00	 	
			Burgonyapüré helyből *	33.45	7.99	0.45	0.18	0.09	1.12	0.00	0.03		
		U	Kockasajt db**18%	162.29	38.83	2.40	2.90	1.91	0.74	0.74	0.29		
			Hagymás stangli	1 049.00	250.96	8.12	3.00	1.21	49.32	2.02	1.44	  	
			Összesen:	2 747.38	657.12	31.67	22.29	7.41	81.34	7.04	2.82		
8/6/2026 csütörtök	(00100) Bölcsödés (1-3 év)	R	csokis tej 1-3	334.01	79.81	4.34	1.95	1.06	11.15	4.41	0.17		
			Löncskrémes szendvics	533.45	127.60	4.35	3.53	2.22	17.65	0.16	0.71	      	
		T	Nektarin	206.00	49.28	0.94	0.46	0.05	11.78	0.00	0.00		
		E	Palócleves (friss) 1-3 *	807.75	193.03	8.75	13.48	4.26	8.84	0.60	0.22	  	
			Darásmetélt ízzel 1-3 *	1 443.89	345.33	6.79	8.21	0.98	60.67	18.70	0.19	   	
		U	Pizzás csiga	1 408.66	337.00	9.62	16.81	8.76	37.71	5.97	1.33	   	
			Összesen:	4 733.76	1 132.05	34.79	44.44	17.33	147.80	29.84	2.62		





8/7/2026 péntek (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		
		Sonkakrémés szendvics	627.13	149.96	5.69	4.43	1.25	21.68	1.57	0.65		
	T	Alma**	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	5.95	0.01		
	E	Csontleves tésztab. 1-3 *	193.16	46.18	1.30	2.39	0.29	4.80	0.21	0.15		
		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		
		Svanyú	19.07	4.56	0.39	0.04	0.01	0.66	0.00	1.19		
	U	Lekváros kenyér	407.97	97.60	3.44	0.76	0.29	17.32	0.13	0.52		
		Összesen:	2 837.71	678.38	34.27	21.18	3.98	84.74	12.86	3.63		

