



Tételes étlap 2026.08.17. - 2026.08.23.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
8/17/2026 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		
			Túrókrém zöldfűszeres1-3	91.82	21.94	2.13	1.22	0.66	0.59	0.08	0.09		
			Paradicsom**	18.31	4.38	0.20	0.04	0.01	0.80	0.00	0.00		
			Teljes kiőrlésű kenyér	407.97	97.60	3.44	0.76	0.24	17.32	0.13	0.52		
		T	Szilva	161.93	38.74	0.80	1.00	0.00	6.00	0.00	0.00		
		E	Halrúd 1-3 *	579.96	138.75	6.29	8.00	0.78	10.23	0.24	0.63		
			Brokkoli főzelék 1-3*	719.63	171.98	6.50	7.11	1.39	20.34	0.00	0.16		
		U	Felvágott klf. szendvics	861.03	205.93	6.42	10.31	3.11	21.63	1.54	1.00		
			Összesen:	2 927.68	700.14	25.79	28.44	6.19	82.03	6.99	2.40		
8/18/2026 kedd (00100) Bölcsődés (1-3 év)		R	Tojáskrém szendvics	659.94	157.79	5.20	6.46	1.76	17.76	0.35	0.62		
		T	Alma**	58.17	13.92	0.16	0.16	0.00	2.80	2.38	0.00		
		E	Húsleves 1-3 *	86.75	20.75	0.72	0.09	0.01	4.18	0.25	0.10		
			Főtt sertéshús 1-3 *	399.42	95.40	12.60	4.86	1.73	0.24	0.00	0.13		
			Gyümölcs szósz 1-3	492.08	117.67	2.16	1.94	1.02	22.55	12.72	0.07		
			Burgonya sós félada g 1-3 *	274.36	65.64	1.75	0.14	0.02	14.00	0.56	0.05		
		U	Padlizsánkrém házi 1-3	22.06	5.28	0.14	0.34	0.12	0.40	0.07	0.00		





8/18/2026 kedd	(00100) Bölcsődés (1-3 év)	U	Paradicsom**	27.47	6.57	0.30	0.06	0.01	1.20	0.00	0.00		
			Teljes kiőrlésű kenyér	407.97	97.60	3.44	0.76	0.24	17.32	0.13	0.52		
			Összesen:	2 428.22	580.62	26.47	14.81	4.91	80.45	16.46	1.49		
8/19/2026 szerda	(00100) Bölcsődés (1-3 év)	R	Tejberizs kakaós szórással1-3*	1 037.85	248.17	7.20	3.20	1.52	47.38	15.18	0.22		
		T	Szilva	64.77	15.50	0.32	0.40	0.00	2.40	0.00	0.00		
		E	Betyár zöldbab 1-3	1 191.05	284.57	12.18	15.30	4.12	24.24	0.13	0.31		
			Csemege uborka	28.77	6.88	0.30	0.05	0.00	1.30	0.00	0.00		
		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:	3 003.73	718.11	26.51	23.08	8.15	101.42	17.05	1.53		

