



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	(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		
			Túrókrém zöldfűszeres 4-6	109.31	26.12	2.54	1.45	0.79	0.70	0.10	0.11		
			Paradicsom**	36.62	8.76	0.40	0.08	0.02	1.60	0.00	0.00		
			Teljes kiőrlésű kenyér	407.97	97.60	3.44	0.76	0.24	17.32	0.13	0.52		
		E	Brokkolikrémléves 4-6*	306.03	73.17	2.77	3.90	0.80	6.56	0.20	0.13		
			Rántott hal 4-6	1 230.06	294.00	18.50	16.06	2.38	18.66	0.03	0.42		
			Burgonyapüré 4-6	703.88	168.31	4.50	4.35	1.31	27.14	1.00	0.25		
			Svanyú	23.83	5.70	0.49	0.05	0.02	0.82	0.00	1.49		
		U	Felvágott klf. szendvics	1 007.89	241.05	6.47	14.43	3.94	22.20	1.90	1.17		
			Összesen:	3 912.67	935.54	39.12	41.08	9.50	100.12	8.36	4.09		
8/18/2026 kedd	(00110) Óvodás (4-6 év)	T	gyümölcstea 4-6	77.38	18.51	0.00	0.00	0.00	4.61	4.61	0.00		
			Tojáskrém szendvics	804.55	192.37	6.35	7.59	2.07	22.21	0.39	0.77		
		E	Húsleves 4-6 *	129.17	30.90	1.08	0.14	0.01	6.20	0.38	0.13		
			Főtt sertéshús 4-6 *	532.56	127.20	16.80	6.48	2.31	0.32	0.00	0.17		
			Gyümölcs szósz 4-6	585.81	140.08	2.57	2.30	1.22	26.84	15.14	0.09		
			Burgonya sós félada 4-6 *	352.75	84.39	2.25	0.18	0.02	18.00	0.72	0.05		





8/18/2026 kedd	(00110) Óvodás (4-6 év)	U	Padlizsánkrém házi 4-6	26.25	6.28	0.17	0.41	0.15	0.48	0.09	0.00							
			Paradicsom**	36.62	8.76	0.40	0.08	0.02	1.60	0.00	0.00							
			Teljes kiőrlésű kenyér	509.96	122.00	4.30	0.95	0.30	21.65	0.16	0.65							
			Összesen:	3 055.05	730.49	33.92	18.13	6.10	101.91	21.49	1.86							
8/19/2026 szerda	(00110) Óvodás (4-6 év)	T	Tejberizs kakaós szórással4-6	1 049.09	250.86	6.96	3.17	1.55	48.36	20.15	0.23							
		E	Betyár zöldbab 4-6 *	1 651.00	394.45	17.50	21.39	5.99	32.58	0.17	0.45							
			Csemege uborka	46.03	11.01	0.48	0.08	0.00	2.08	0.00	0.00							
			Gombás lencseleves 4-6	235.34	56.21	3.69	0.70	0.28	8.73	0.17	0.15							
		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:	3 662.75	875.52	35.14	29.47	10.33	117.85	22.23	1.83							

