



Tételes étlap 2026.09.14. - 2026.09.20.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/14/2026 hétfő	(00100) Bölcsődés (1-3 év)	R	Tejeskávét 1-3 *	540.83	129.23	6.85	3.00	1.63	18.59	7.49	0.27		
			Májkrémes szendvics	604.37	144.55	4.86	4.98	1.52	18.10	0.13	0.73		
		T	Banán	175.51	41.99	0.52	0.04	0.00	9.68	0.00	0.00		
		E	Hentes tokány 1-3*	677.81	161.96	8.17	13.59	3.93	1.57	0.00	0.16		
			Tészta köret 1-3*	722.73	172.68	5.89	5.23	0.67	25.37	0.00	0.87		
			kukorica krémleves 1-3 *	225.14	53.82	2.12	1.27	0.52	8.36	0.12	0.13		
		U	Sárgarépás marg. Párizsi szend	611.44	146.22	4.38	5.56	1.67	17.70	0.17	0.73		
			Összesen:	3 557.83	850.45	32.79	33.67	9.94	99.37	7.91	2.89		
9/15/2026 kedd	(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		
			Sajtkrémes kenyér	558.22	133.50	4.39	4.20	1.50	17.58	0.16	0.65		
		T	Alma**	58.17	13.92	0.16	0.16	0.00	2.80	2.38	0.00		
			Gabonás keksz kakaós	1 972.96	472.00	8.80	20.00	9.50	61.00	6.02	0.55		
		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		
			Sóskamártás 1-3*	532.59	127.32	3.79	4.69	0.80	16.89	5.99	0.10		
			Burgonya sós féladag 1-3 *	274.36	65.64	1.75	0.14	0.02	14.00	0.56	0.05		





15/202	(00100)	Déle	U	Párizsi felvágottas szendvics	788.71	188.69	5.01	9.97	2.97	17.68	0.17	0.89		
				Összesen:	4 758.21	1 138.04	37.23	44.11	16.53	139.49	20.53	2.47		
9/16/2026	(00100)	Bölcsödés (1-3 év)	R	Tej 1-3 *	304.29	72.68	5.10	2.25	1.22	7.95	0.00	0.20		
				Újhagymás túrók.szendvics	471.26	112.73	4.59	1.68	0.73	17.88	0.26	0.56		
			T	Szilva	64.77	15.50	0.32	0.40	0.00	2.40	0.00	0.00		
			E	Sült csirkemell 1-3*	434.96	103.96	13.01	3.87	0.57	4.17	0.13	0.15		
				Sárgaborsó főzelék1-3	902.10	215.52	11.34	5.14	0.89	30.78	0.00	0.07		
				Kenyér**	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.53		
			U	Vajasmézes kenyér	574.96	137.50	3.46	4.26	1.19	19.36	2.15	0.57		
				Alma**	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	5.95	0.01		
				Összesen:	3 336.57	797.66	42.22	18.32	4.72	110.94	9.99	2.09		
9/17/2026	(00100)	Bölcsödés (1-3 év)	R	Kakaó 1-3*	541.03	129.28	6.81	3.02	1.64	18.60	7.99	0.27		
				Briós	1 173.99	280.86	7.45	5.84	2.77	52.02	16.02	0.76		
				Margarin (szendvics)	265.61	63.54	0.02	7.00	1.90	0.04	0.04	0.10		
			T	Körte	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
			E	Karalábé leves 1-3*	217.36	51.99	1.73	2.02	0.23	6.61	0.77	0.12		
				Sült csirkemell 1-3*	434.96	103.96	13.01	3.87	0.57	4.17	0.13	0.15		
				Párolt rizsköret 1-3 *	932.45	223.08	3.35	5.11	0.82	40.65	0.33	0.10		





9/17/2026 csütörtök	(00100) Bölcsődés (1-3 év)	E	Sajtmártás 1-3	276.49	66.04	3.28	4.07	2.02	4.02	0.00	0.25		
		U	Padlizsánkrémes szendvics	456.53	109.22	3.91	1.12	0.32	18.94	0.13	0.52		
			Összesen:	4 298.42	1 027.97	39.56	32.05	10.27	145.05	25.41	2.27		
9/18/2026 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		
			Halkrémes szendvics	609.14	145.69	4.42	5.59	1.36	17.49	0.13	0.61		
		T	Alma**	58.17	13.92	0.16	0.16	0.00	2.80	2.38	0.00		
		E	Sertésragu leves 1-3	546.98	130.74	6.08	8.90	2.47	6.38	0.22	0.06		
			Túrós guba 1-3*	1 022.32	244.45	11.06	4.23	2.23	41.54	11.59	0.80		
			Vanillasodó 1-3*	413.08	98.74	3.69	1.84	1.00	16.76	11.16	0.13		
		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:	3 418.01	817.35	31.93	24.85	9.57	116.19	32.22	2.60		

