



Tételes étlap 2026.09.28. - 2026.10.04.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/28/2026 hétfő (00110) Óvodás (4-6 év)		T	Tej 4-6 *	405.72	96.90	6.80	3.00	1.63	10.60	0.00	0.27		
			Kenőmájás szendvics	628.10	150.22	4.49	3.93	1.13	21.79	0.16	0.70		
		E	Daragaluska leves 4-6 *	282.58	67.54	1.78	2.42	0.36	9.51	0.33	0.06		
			Borsos tokány 4-6 *	1 222.91	292.24	13.87	21.80	6.66	9.86	0.00	0.23		
			Tészta köret 4-6 *	903.42	215.85	7.36	6.54	0.84	31.72	0.00	1.07		
			Svanyú	23.83	5.70	0.49	0.05	0.02	0.82	0.00	1.49		
		U	Sonkás szendvics	729.78	174.59	5.35	4.57	1.61	28.46	0.29	0.84		
			Összesen:	4 196.34	1 003.04	40.14	42.31	12.25	112.76	0.78	4.66		
9/29/2026 kedd (00110) Óvodás (4-6 év)		T	Karamellás tej 4-6	514.08	122.87	5.10	2.25	1.22	20.44	12.49	0.20		
			Löncskrémes szendvics	685.57	163.98	5.51	4.87	1.53	22.06	0.21	0.90		
		E	Zöldségleves 4-6*	290.22	69.41	2.05	2.98	0.34	8.45	1.16	0.14		
			Fokhagymás aprópecsenye 4-6 *	1 038.19	248.08	12.15	17.55	5.60	10.15	0.00	0.26		
			Paradicsomos káposzta 4-6*	761.91	182.22	4.67	5.27	0.63	28.42	7.99	0.10		
			Kenyér**	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.53		
		U	Túrós táská	804.08	192.36	4.72	10.80	3.29	18.85	5.50	0.39		





29/202	(00110)	U	Alma**	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	5.95	0.01		
			Összesen:	4 678.28	1 118.69	38.60	44.44	12.73	136.77	34.80	2.53		
9/30/2026 szerda	(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		
			Párizsi felvágottas szendvics	877.08	209.83	3.67	17.14	4.95	9.07	0.15	0.80	    	
		E	Cseh burgonyás fokhagymaleves*	416.20	99.53	2.00	3.78	0.75	13.96	0.57	0.10	    	
			Taco-barbecue csirke4-6*	289.43	69.14	14.85	0.67	0.16	0.84	1.10	0.15	     	
			Párolt rizsköret 4-6 *	1 125.96	269.37	4.02	6.32	1.01	48.78	0.40	0.15		
		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:	3 997.34	956.17	35.06	33.81	9.99	127.32	9.59	2.93		
10/1/2026 csütörtök	(00110) Óvodás (4-6 év)	T	Tej 4-6 *	405.72	96.90	6.80	3.00	1.63	10.60	0.00	0.27	   	
			Tojáskrémes szendvics	804.55	192.37	6.35	7.59	2.07	22.21	0.39	0.77	     	
		E	Fejtettbab leves 4-6*	543.75	130.06	4.65	4.45	0.73	17.58	0.48	0.10	     	
			Vagdalt 4-6 *	1 012.49	241.96	10.93	16.99	4.90	11.12	0.57	0.42	     	
			Burgonya főzelék 4-6 *	710.40	169.54	4.94	4.76	0.90	26.35	0.64	0.17	     	
			Kenyér**	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.53	     	
		U	Májkrémes szendvics	756.92	181.04	6.01	6.29	1.92	22.61	0.16	0.91	     	
			Összesen:	4 672.65	1 116.85	43.68	43.40	12.27	131.87	3.74	3.17		





10/2/2026 péntek (00110) Óvodás (4-6 év)	T	Tejeskávét 4-6 *	576.25	137.70	6.86	3.00	1.63	20.69	9.49	0.27		
		Halkrém szendvics	742.99	177.71	5.61	6.46	1.54	21.87	0.17	0.74		
	E	Reszelttészta leves4-6 *	441.54	105.63	3.14	4.22	0.57	13.56	1.53	0.21		
		Székelykáposzta 4-6 *	1 275.29	304.82	12.10	18.55	5.70	22.06	0.52	0.26		
		Kenyér**	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.53		
	U	Pizzás kifli	750.26	179.49	6.26	1.53	0.13	34.95	2.02	0.96		
		Összesen:	4 225.15	1 010.33	37.97	34.08	9.69	134.53	15.23	2.97		

