## Tételes étlap 2026.11.23. - 2026.11.29.

| | Diéta | | Étlap tétel | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsírsav (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének | Fogy. ár |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **11/23/2026 hétfő** | (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 |  | |
| | | | Magyaros vajkrémes szendvics | 679.42 | 162.44 | 3.55 | 7.77 | 2.14 | 17.63 | 0.13 | 0.62 |  | |
| | | **T** | Alma** | 72.71 | 17.39 | 0.20 | 0.20 | 0.00 | 3.50 | 2.98 | 0.01 | | |
| | | **E** | Sertés pörkölt 1-3 * | 771.48 | 184.33 | 8.99 | 15.69 | 4.68 | 1.60 | 0.00 | 0.10 | | |
| | | | Zöldborsófőzelék 1-3 * | 520.36 | 124.41 | 5.68 | 4.54 | 0.75 | 14.97 | 0.00 | 0.06 |  | |
| | | **U** | Sajtkrémes szendvics | 588.22 | 140.68 | 4.68 | 3.94 | 1.36 | 21.47 | 1.56 | 0.65 |  | |
| | | | Összesen: | 2 936.48 | 701.93 | 28.20 | 34.39 | 10.15 | 67.12 | 4.67 | 1.64 | | |
| **11/24/2026 kedd** | (00100) Bölcsödés (1-3 év) | **R** | Tejbedara kakaós szórással1-3* | 1 439.77 | 344.06 | 10.93 | 3.83 | 2.08 | 66.14 | 25.97 | 0.27 |  | |
| | | **T** | Banán | 438.77 | 104.97 | 1.30 | 0.10 | 0.00 | 24.20 | 0.00 | 0.00 | | |
| | | **E** | Natúr sertéskaraj 1-3 | 449.14 | 107.32 | 9.23 | 6.56 | 1.58 | 2.73 | 0.00 | 0.10 |  | |
| | | | Zöldbableves 1-3* | 416.50 | 76.08 | 3.04 | 3.66 | 0.50 | 15.17 | 0.78 | 0.13 |  | |
| | | | Kukoricás rizs 1-3* | 731.08 | 174.90 | 2.72 | 5.72 | 0.80 | 27.93 | 0.20 | 0.10 | | |
| | | | cékla saláta! | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | | |
| | | **U** | Halkrémes szendvics | 609.14 | 145.69 | 4.42 | 5.59 | 1.36 | 17.48 | 0.13 | 0.61 |  | |
| | | | Összesen: | 4 084.40 | 953.02 | 31.64 | 25.46 | 6.32 | 153.65 | 27.08 | 1.21 | | |

| | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **11/25/2026 szerda** | (00100) Bölcsödés (1-3 év) | **R** | Citromos tea 1-3 * | 87.03 | 20.82 | 0.01 | 0.00 | 0.00 | 5.12 | 5.00 | 0.00 | |
| | | | Májkrémes szendvics | 604.37 | 144.55 | 4.86 | 4.98 | 1.52 | 18.10 | 0.13 | 0.73 | |
| | | **T** | Mandarin | 195.98 | 46.89 | 0.70 | 0.30 | 0.00 | 9.80 | 0.00 | 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 | |
| | | | Vadasmártás 1-3 * | 295.28 | 70.54 | 0.83 | 4.63 | 0.89 | 6.22 | 2.46 | 0.11 | |
| | | | Tészta köret 1-3* | 722.73 | 172.68 | 5.89 | 5.23 | 0.67 | 25.37 | 0.00 | 0.87 | |
| | | **U** | Ivójoghurt | 694.32 | 165.84 | 5.59 | 5.79 | 3.13 | 22.45 | 22.45 | 0.49 | |
| | | | Gabonapehely | 783.00 | 187.32 | 3.50 | 1.50 | 0.00 | 39.00 | 0.00 | 0.00 | |
| | | | Összesen: | 3 868.88 | 924.79 | 34.70 | 27.38 | 7.95 | 130.48 | 30.29 | 2.43 | |
| **11/26/2026 csütörtök** | (00100) Bölcsödés (1-3 év) | **R** | Citromos tea 1-3 * | 87.03 | 20.82 | 0.01 | 0.00 | 0.00 | 5.12 | 5.00 | 0.00 | |
| | | | Kőrözött túrókrémes szendvics | 482.25 | 115.35 | 4.91 | 1.74 | 0.76 | 18.06 | 0.23 | 0.53 | |
| | | **T** | Alma** | 145.41 | 34.79 | 0.40 | 0.40 | 0.00 | 7.00 | 5.95 | 0.01 | |
| | | **E** | Sertés sült (egyben sütve)1-3* | 505.85 | 120.86 | 12.65 | 7.65 | 2.05 | 0.34 | 0.08 | 0.22 | |
| | | | Édesburgonya főzelék * | 268.59 | 64.18 | 2.31 | 1.30 | 0.68 | 10.79 | 5.21 | 0.04 | |
| | | | Kenyér** | 438.81 | 104.98 | 4.00 | 0.32 | 0.12 | 21.40 | 1.49 | 0.52 | |
| | | | Gyümölcsital 2 dl | 42.49 | 10.17 | 0.03 | 0.00 | 0.00 | 2.50 | 2.50 | 0.00 | |

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| /26/20 | ( 00100 ) | U | Felvágott klf. szendvics | 861.03 | 205.93 | 6.42 | 10.31 | 3.11 | 21.63 | 1.54 | 1.00 |  | |
| | | | Összesen: | 2 831.46 | 677.08 | 30.73 | 21.72 | 6.72 | 86.84 | 22.00 | 2.32 | | |
| 11/27/2026 péntek | (00100) Bölcsödés (1-3 év) | R | Citromos tea 1-3 * | 87.03 | 20.82 | 0.01 | 0.00 | 0.00 | 5.12 | 5.00 | 0.00 | | |
| | | | HOT - DOG | 588.04 | 140.52 | 6.77 | 8.57 | 3.28 | 9.43 | 0.93 | 1.29 |  | |
| | | T | Alma** | 145.41 | 34.79 | 0.40 | 0.40 | 0.00 | 7.00 | 5.95 | 0.01 | | |
| | | E | Rizsfelfújt 1-3 * | 1 300.71 | 311.01 | 7.73 | 8.49 | 2.56 | 50.55 | 12.32 | 0.28 |  | |
| | | | Vaniliasodó 1-3* | 413.08 | 98.74 | 3.69 | 1.84 | 1.00 | 16.76 | 11.16 | 0.13 |  | |
| | | | Sertésragu leves 1-3 | 546.98 | 130.74 | 6.08 | 8.90 | 2.47 | 6.38 | 0.22 | 0.06 |  | |
| | | U | Lekváros kenyér | 407.97 | 97.60 | 3.44 | 0.76 | 0.24 | 17.32 | 0.13 | 0.52 |  | |
| | | | Összesen: | 3 489.22 | 834.22 | 28.12 | 28.96 | 9.55 | 112.56 | 35.71 | 2.29 | | |