Tételes étlap 2026.11.16. - 2026.11.22.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/16/2026 hétfő	(00110) Óvodás (4-6 év)	**T**	Tejeskávé 4-6 *	576.25	137.70	6.86	3.00	1.63	20.69	9.49	0.27		
			Májkrémes szendvics	756.92	181.04	6.01	6.29	1.92	22.61	0.16	0.91		
		E	Borsos tokány 4-6 *	1 222.91	292.24	13.87	21.80	6.66	9.86	0.00	0.23		
			Török rizs 4-6*	820.75	196.07	6.15	3.45	0.43	37.94	0.00	0.32		
			Vegyesvágott	41.58	9.95	0.55	0.10	0.05	1.70	0.00	0.00		
			Kassai burgonyaleves 4-6 *	1 007.39	240.77	9.05	16.23	5.31	14.14	0.80	1.25		
		U	Sárgarépás marg. Párizsi szend	723.16	172.95	5.37	5.93	1.80	22.06	0.20	0.88		
			Összesen:	5 148.96	1 230.72	47.86	56.80	17.80	129.00	10.65	3.86		
11/17/2026 kedd	(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		
			Tojáskrémes szendvics	804.55	192.37	6.35	7.59	2.07	22.21	0.39	0.77		
		E	Köményes sertéssült 4-6 *	708.11	169.20	16.80	11.12	2.84	0.33	0.03	0.36		
			Fejtettbab főzelék 4-6	966.60	231.15	10.92	6.47	1.39	32.04	0.20	0.07		
			Alma**	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	5.95	0.01		
			Kenyér**	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.53		
			Rizsleves 4-6*	298.22	71.34	1.68	3.08	0.38	9.06	1.17	0.18		

/17/20	(00110)	U	Sonkás szendvics	729.78	174.59	5.35	4.57	1.61	28.46	0.29	0.84	
			Összesen:	4 178.57	999.25	45.51	33.55	8.41	125.62	14.53	2.76	
11/18/2026 szerda	(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	
			Mazsolás túrókrémes szendvics	660.93	158.09	6.37	2.27	1.02	25.56	2.98	0.66	
		E	Zellerkrémleves 4-6*	351.78	84.11	3.00	1.41	0.59	14.41	0.29	0.14	
			Rakott kelkáposzta 4-6	1 620.70	380.08	13.83	26.43	7.68	23.20	1.27	0.33	
			Graham kenyer	399.61	95.60	3.40	5.20	0.23	16.89	1.52	0.55	
		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:	3 801.39	901.70	33.12	39.44	12.03	111.28	12.80	2.68	
11/19/2026 csütörtök	(00110) Óvodás (4-6 év)	T	Kakaó 4-6*	574.86	137.37	6.82	3.02	1.64	20.60	9.99	0.27	
			Ízes levél	1 314.00	314.35	5.19	12.16	6.28	47.50	0.00	0.60	
		E	Magyaros karfiolleves 4-6 *	417.70	99.93	3.39	4.28	0.54	11.81	0.61	0.13	
			Húsgombóc 4-6 *	855.44	204.41	10.08	12.66	4.45	12.36	0.11	0.24	
			Paradicsom mártás4-6 *	553.49	132.35	2.23	4.04	0.49	21.62	9.99	0.10	
			Burgonya sós féladag 4-6 *	352.75	84.39	2.25	0.18	0.02	18.00	0.72	0.05	
		U	Kolbászkrémes kenyér	692.63	165.63	5.70	5.07	1.64	21.85	0.22	0.91	
			Összesen:	4 760.87	1 138.43	35.66	41.41	15.06	153.74	21.64	2.30	

11/20/2026 péntek	(00110) Óvodás (4-6 év)	**T**	Margarinos szendvics	781.30	186.91	4.40	7.97	2.20	21.90	0.20	0.75	
			Tej 4-6 *	405.72	96.90	6.80	3.00	1.63	10.60	0.00	0.27	
		E	Sárgaborsó leves4-6	446.48	106.71	4.13	3.59	0.44	14.33	0.15	0.25	
			Csirkemell gyros4-6 *	650.88	155.57	19.77	8.23	1.05	0.47	0.27	0.30	
			Párolt rizsköret 4-6 *	1 125.96	269.37	4.02	6.32	1.01	48.78	0.40	0.15	
			Amerikai káposztasaláta 4-6 *	265.56	63.53	1.71	2.59	0.98	8.03	2.61	0.16	
		U	Narancs	173.11	41.41	0.60	0.20	0.00	8.50	0.00	0.01	
			Vajasmézes kenyér	710.35	169.88	4.32	5.15	1.44	24.10	2.59	0.71	
			Összesen:	4 559.36	1 090.28	45.75	37.05	8.75	136.71	6.22	2.60	