



Tételes étlap 2025.04.14. - 2025.04.20.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 04. 14. hétfő	(00487) Gyermekek (4-6 év)	R	Gyümölcstea	89,32	21,37	0,02	0,00	0,00	5,21	5,00	0,00		
			Párizsi	178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,22	(1),(6),(7),(10)	
			Vénusz margarin	75,24	18,00	0,02	2,00	0,50	0,04	0,00	0,01	(7)	
			Teljes kiőrlésű kenyér	540,50	129,31	4,90	0,50	0,15	26,15	0,16	0,04	1	
			Uborka	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
		T	Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01		
			Karalábé	16,04	3,84	0,21	0,02	0,00	0,69	0,00	0,01		
			Korpovit keksz	292,44	0,00	1,90	0,78	0,20	13,75	0,00	0,00		
		E	Hamis gulyásleves	554,31	132,61	3,07	5,19	0,61	18,04	0,00	0,42	1,3,9	
			Sajtos-tejfölös Tészta	1 516,39	362,77	13,82	13,61	5,70	45,72	1,72	0,22	1,7	
		U	Vajkrém snidlinges	31,60	7,56	0,50	8,00	3,87	0,74	0,40	0,00	7	
			kézmíves kenyér	688,82	164,79	4,90	0,50	0,65	27,38	0,00	0,05	1	
			Retek	1,83	0,44	0,04	0,00	0,00	0,07	0,00	0,00		
			Összesen:	4 072,19	904,25	32,26	34,47	13,06	141,84	7,28	0,99		
	(00499) Bölcsőde 1-3 éves korosztály	R	Gyümölcstea	87,03	20,82	0,01	0,00	0,00	5,12	5,00	0,00		
			Párizsi	178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,22	(1),(6),(7),(10)	
			Vénusz margarin	75,24	18,00	0,02	2,00	0,50	0,04	0,00	0,01	(7)	
			Teljes kiőrlésű kenyér	540,50	129,31	4,90	0,50	0,15	26,15	0,16	0,04	1	
			Uborka	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
		T	Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01		
			Karalábé	16,04	3,84	0,21	0,02	0,00	0,69	0,00	0,01		
			Korpovit keksz	292,44	0,00	1,90	0,78	0,20	13,75	0,00	0,00		
		E	Tejfölös burgonyafőzelék	1 079,51	258,26	6,39	6,71	1,78	42,09	0,00	0,14	1,7	
			Aprópecsenye	484,26	115,85	10,59	7,77	1,87	0,75	0,00	0,31		
			Almalé 100%-os	488,00	116,74	1,00	0,00	0,00	26,60	0,00	0,00		





2025. 04. 14. hétfő	(00499) Bölcsőde 1-3 éves	U	Vajkrém snidlinges	31,60	7,56	0,50	8,00	3,87	0,74	0,40	0,00	7	
			kézmíves kenyér	688,82	164,79	4,90	0,50	0,65	27,38	0,00	0,05	1	
			Retek	1,83	0,44	0,04	0,00	0,00	0,07	0,00	0,00		
			Összesen:	4 050,97	899,17	33,34	30,15	10,40	147,43	5,56	0,80		
2025. 04. 15. kedd	(00487) Gyermekek (4-6 év)	R	Citromos tea	28,03	6,71	0,01	0,01	0,00	1,57	1,50	0,00		
			Turókréms.répa+buzakorpa	229,09	54,81	5,08	2,08	0,94	3,85	0,00	0,07	1,7	
			Kifli	75,37	18,03	0,62	0,05	0,02	3,76	0,00	0,07	1	
		T	Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01		
			Banán	219,39	52,48	0,65	0,05	0,00	12,10	0,00	0,03		
			Köles golyó	703,08	168,20	0,00	18,60	2,40	0,00	0,00	0,00		
		E	Daragaluska leves	525,76	125,78	3,91	3,14	0,48	20,21	0,00	0,28	1,3	
			Zöldborsófőzelék	1 011,24	241,92	12,04	6,42	1,15	33,45	3,00	0,20	1,7	
			Főtt virsli	581,62	139,14	7,50	12,00	4,60	0,12	0,00	0,15	(1),(6),(7),(10)	
		U	Diákcsemege	369,77	88,46	3,50	8,20	3,15	0,06	0,00	0,00	(1),(6),(7)	
			Vénusz margarin	75,24	18,00	0,02	2,00	0,50	0,04	0,00	0,01	(7)	
			kézmíves kenyér	688,82	164,79	4,90	0,50	0,65	27,38	0,00	0,05	1	
			Kaliforniai paprika	64,50	15,43	0,50	0,15	0,01	3,02	0,00	0,01		
			Összesen:	4 644,62	1 111,14	38,93	53,40	13,90	109,06	4,50	0,88		
	(00499) Bölcsőde 1-3 éves korosztály	R	Citromos tea	28,03	6,71	0,01	0,01	0,00	1,57	1,50	0,00		
			Turókréms.répa+buzakorpa	229,09	54,81	5,08	2,08	0,94	3,85	0,00	0,07	1,7	
			Kifli	75,37	18,03	0,62	0,05	0,02	3,76	0,00	0,07	1	
		T	Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01		
			Banán	219,39	52,48	0,65	0,05	0,00	12,10	0,00	0,03		
			Köles golyó	703,08	168,20	0,00	18,60	2,40	0,00	0,00	0,00		
		E	Zöldborsófőzelék *	876,65	209,73	10,30	5,13	0,89	30,12	3,00	0,19	1,7	
			Főtt virsli	581,62	139,14	7,50	12,00	4,60	0,12	0,00	0,15	(1),(6),(7),(10)	
			Gyümölcslé 100%-os	376,41	90,05	0,47	0,00	0,00	22,40	0,00	0,00		
		U	Zala felvágott	204,87	49,01	3,12	3,98	1,45	0,12	0,00	0,50	(1),(6),(7)	





2025. 04. 15. 15. forduló	(00499) Bölcsőde 1-3 éves		U	Vénusz margarin	75,24	18,00	0,02	2,00	0,50	0,04	0,00	0,01	(7)	
				kézmíves kenyér	688,82	164,79	4,90	0,50	0,65	27,38	0,00	0,05	1	
2025. 04. 16. szerda				Kaliforniai paprika	64,50	15,43	0,50	0,15	0,01	3,02	0,00	0,01		
				Összesen:	4 195,78	1 003,77	33,37	44,75	11,46	107,98	4,50	1,09		
	(00487) Gyermekek (4-6 év)		R	Gyümölcsstea	89,32	21,37	0,02	0,00	0,00	5,21	5,00	0,00		
				Húsvéti hidegtál	908,43	217,33	21,21	11,68	3,11	6,23	0,61	3,46	3,7,(1)	
				Zöldség tál	30,15	7,21	0,44	0,06	0,01	1,21	0,00	0,01		
				kézmíves kenyér	688,82	164,79	4,90	0,50	0,65	27,38	0,00	0,05	1	
			T	Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01		
				Mandarin	97,99	23,44	0,35	0,15	0,00	4,90	0,00	0,00		
				Puffasztott lencse	20,32	4,86	0,17	0,19	0,00	0,61	0,00	0,01	1,3,7,(8),(11)	
			E	Csontleves	317,70	76,01	3,22	1,23	0,11	12,88	0,00	0,42	1,3,9	
				Csirkemell párizsiasan	609,32	145,77	17,86	3,01	0,64	11,63	0,00	0,20	1,3,7	
				Burgonyapüré	638,40	152,73	4,35	0,95	0,33	30,94	0,94	0,15	7	
				Uborkasaláta	72,41	17,32	0,61	0,06	0,00	3,56	2,50	0,32		
			U	Tonhal	107,20	0,00	4,72	0,59	0,16	0,00	0,00	0,19	4	
				Citrom	25,56	6,11	0,08	0,12	0,00	0,46	0,00	0,00		
				Teljes kiőrlésű kenyér	540,50	129,31	4,90	0,50	0,15	26,15	0,16	0,04	1	
				Összesen:	4 218,83	983,64	63,03	19,24	5,16	134,66	9,21	4,86		
	(00499) Bölcsőde 1-3 éves korosztály		R	Gyümölcsstea	87,03	20,82	0,01	0,00	0,00	5,12	5,00	0,00		
				Húsvéti hidegtál	908,43	217,33	21,21	11,68	3,11	6,23	0,72	3,46	3,7,(1)	
				Zöldség tál	30,15	7,21	0,44	0,06	0,01	1,21	0,00	0,01		
				kézmíves kenyér	688,82	164,79	4,90	0,50	0,65	27,38	0,00	0,05	1	
			T	Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01		
				Mandarin	97,99	23,44	0,35	0,15	0,00	4,90	0,00	0,00		
				Puffasztott lencse	20,32	4,86	0,17	0,19	0,00	0,61	0,00	0,01	1,3,7,(8),(11)	
			E	Csontleves*	511,16	122,29	5,39	2,31	0,20	19,89	0,00	0,41	1,3,9	
				Csirkemell sültve*	669,96	160,28	16,85	5,39	0,68	10,89	0,00	0,15	1	





2025. 04. 16. szerda	(00499) Bölcsőde 1-3 éves korosztály	E	Burgonyapüré	620,47	148,44	4,20	0,65	0,22	30,71	0,80	0,04	7	
			Uborkasaláta	64,87	15,52	0,42	0,04	0,00	3,36	2,50	0,31		
		U	Tonhal	107,20	0,00	4,72	0,59	0,16	0,00	0,00	0,19	4	
			Citrom	25,56	6,11	0,08	0,12	0,00	0,46	0,00	0,00		
			Teljes kiőrlésű kenyér	540,50	129,31	4,90	0,50	0,15	26,15	0,16	0,04	1	
			Összesen:	4 445,17	1 037,79	63,84	22,38	5,18	140,41	9,18	4,68		
2025. 04. 17. csütörtök	(00487) Gyermekek (4-6 év)	R	Tej	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,23	7	
			Méz	136,75	32,72	0,04	0,00	0,00	8,10	8,10	0,00		
			Vénusz margarin	75,24	18,00	0,02	2,00	0,50	0,04	0,00	0,01	(7)	
			Teljes kiőrlésű kenyér	540,50	129,31	4,90	0,50	0,15	26,15	0,16	0,04	1	
		T	Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01		
			Banán	219,39	52,48	0,65	0,05	0,00	12,10	0,00	0,03		
			sós keksz	4,24	1,01	0,01	0,06	0,02	0,11	0,07	0,00	1,7,(3),(5),(6),(12)	
		E	Köménymag leves	576,25	137,86	2,13	9,51	1,07	10,78	0,00	0,36	1,9	
			Kruton	724,17	173,25	4,32	7,42	2,01	22,10	0,10	1,10	1,9,(7)	
			Rakott káposzta	969,55	231,95	14,21	9,18	2,89	22,84	0,00	1,11	1,7,(12)	
		U	Trappista sajt	259,00	61,96	5,20	4,60	2,80	0,20	0,00	0,03	7,(1)	
			Vénusz margarin	75,24	18,00	0,02	2,00	0,50	0,04	0,00	0,01	(7)	
			Zsemle	75,37	18,03	0,62	0,05	0,02	3,76	0,00	0,01	1	
			Zöldpaprika	40,95	9,80	0,60	0,15	0,00	1,50	0,00	0,00		
			Összesen:	4 273,36	1 022,33	39,72	41,32	13,00	121,82	8,43	2,94		
	(00499) Bölcsőde 1-3 éves korosztály	R	Tej	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,23	7	
			Méz	136,75	32,72	0,04	0,00	0,00	8,10	8,10	0,00		
			Vénusz margarin	75,24	18,00	0,02	2,00	0,50	0,04	0,00	0,01	(7)	
			Teljes kiőrlésű kenyér	540,50	129,31	4,90	0,50	0,15	26,15	0,16	0,04	1	
		T	Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01		
			Banán	219,39	52,48	0,65	0,05	0,00	12,10	0,00	0,03		
			sós keksz	4,24	1,01	0,01	0,06	0,02	0,11	0,07	0,00	1,7,(3),(5),(6),(12)	
		E	Rakott káposzta	558,73	133,67	8,03	6,39	1,75	10,85	0,00	0,65	7,(12)	





2025. 04. 17. csütörtök	(00499) Bölcsőde 1-3 éves korosztály	E	Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,05		
		U	Trappista sajt	259,00	61,96	5,20	4,60	2,80	0,20	0,00	0,03	7,(1)	
			Vénusz margarin	75,24	18,00	0,02	2,00	0,50	0,04	0,00	0,01	(7)	
			Zsemle	75,37	18,03	0,62	0,05	0,02	3,76	0,00	0,01	1	
			Zöldpaprika	40,95	9,80	0,60	0,15	0,00	1,50	0,00	0,00		
			Összesen:	2 562,12	612,94	27,09	21,60	8,78	76,95	8,33	2,07		

AZ étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

élelmezésvezető

