



Tételes étlap 2025.07.14. - 2025.07.20.													
	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. 07. 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		
			Gépsonka	130,96	31,33	4,52	1,42	0,49	0,08	0,00	0,22	(1),(6),(7)	
			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	
			Paradicsom	27,47	6,57	0,30	0,06	0,01	1,20	0,00	0,00		
		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	Húsleves	646,31	154,62	12,03	3,89	1,26	17,53	0,00	0,46	1,3,9	
			Főtt hús	333,10	79,69	10,50	4,05	1,44	0,21	0,00	0,05	9,(1)	
			Meggymártás	737,29	176,39	3,57	3,55	1,62	31,64	6,99	0,05	1,7,(6),(8),(12)	
			Kuszkusz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20		
		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	
			Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00		
		Összesen:	3 720,50	820,12	43,87	25,06	10,20	129,93	12,55	1,10			
	(00499) Bölcsőde 1-3 éves korosztály	R	Gyümölcstea	87,03	20,82	0,01	0,00	0,00	5,12	5,00	0,00		
			Gépsonka	130,96	31,33	4,52	1,42	0,49	0,08	0,00	0,22	(1),(6),(7)	
			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	
			Paradicsom	27,47	6,57	0,30	0,06	0,01	1,20	0,00	0,00		
		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	Főtt hús*	333,10	79,69	10,50	4,05	1,44	0,21	0,00	0,05	9,(1)	





2025. 07. 14. hétfő	(00499) Bölcsőde 1-3 éves korosztály	E	Meggy mártás*	737,29	176,39	3,57	3,55	1,62	31,64	6,99	0,05	1,7,(6),(8),(12)	
			Kuszkusz*	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,15		
			Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,05		
		U	Vajkrém snidlinges	31,60	7,56	0,50	8,00	3,87	0,74	0,40	0,00	7	
			kézműves kenyér	688,82	164,79	4,90	0,50	0,65	27,38	0,00	0,05	1	
			Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00		
			Összesen:	3 071,90	664,95	31,83	21,17	8,94	112,31	12,55	1,64		
2025. 07. 15. kedd	(00487) Gyermekek (4-6 év)	R	Tej	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,23	7	
			Sárgabarack lekvár	214,12	51,23	1,06	0,02	0,00	11,47	11,47	0,00	(12)	
			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		
			Görögdinnye	65,05	15,56	0,25	0,10	0,00	3,25	0,00	0,01		
			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	Tarhonyaleves	571,51	136,73	3,42	3,95	1,40	21,41	0,00	0,33	1,9	
			Lucskos káposzta	831,09	198,83	14,06	9,95	4,02	12,69	0,00	0,40	1,7,9	
		U	Sajtos rúd	2 830,93	677,26	11,55	43,39	5,22	59,23	0,30	2,01	1,7	
			Limonádé	186,65	44,65	0,06	0,04	0,00	10,68	9,99	0,00		
			Összesen:	5 896,04	1 410,54	42,33	65,81	14,35	159,13	21,99	3,04		
	(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	
			Sárgabarack lekvár	214,12	51,23	1,06	0,02	0,00	11,47	11,47	0,00	(12)	
			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		
			Görögdinnye	65,05	15,56	0,25	0,10	0,00	3,25	0,00	0,01		
			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	Lucskos káposzta*	801,98	191,86	13,97	9,22	3,74	12,69	0,00	0,36	1,7,9	
			Almalé 100%-os	488,00	116,74	1,00	0,00	0,00	26,60	0,00	0,00		
		U	Sajtos rúd	1 397,92	334,43	5,78	21,23	2,56	29,62	0,15	1,01	1,7	





2025. 07. 16. szerda	2025. 07. 16. szerda	00499	U	Limonádé	186,65	44,65	0,06	0,04	0,00	10,68	9,99	0,00		
				Összesen:	4 350,41	1 040,75	34,05	38,97	10,01	134,71	21,84	1,67		
2025. 07. 16. szerda	2025. 07. 16. szerda	00487	R	Citromos tea	93,44	22,35	0,03	0,03	0,00	5,23	5,00	0,00		
				Főtt virsli	581,62	139,14	7,50	12,00	4,60	0,12	0,00	0,15	(1),(6),(7),(10)	
				Ketchup	90,72	21,70	0,42	0,08	0,00	4,80	4,80	0,43	(1)	
				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		
				Sárgadinnye	84,57	20,23	0,15	0,05	0,00	4,75	0,00	0,01		
				Köles golyó	703,08	168,20	0,00	18,60	2,40	0,00	0,00	0,00		
			E	Sertésraguleves	473,54	113,29	7,10	3,80	0,83	12,45	0,00	0,26	1,3,9	
				Kakaós kevert piskóta	1 449,93	346,87	10,13	9,38	3,06	55,07	19,98	0,53	1,3,7	
			U	Sajtkrém	602,28	144,09	10,85	11,25	6,25	0,45	0,00	0,07	7,(1)	
				Teljes kiőrlésű kenyér	540,50	129,31	4,90	0,50	0,15	26,15	0,16	0,04	1	
				Jég saláta	172,70	41,31	3,50	0,75	0,00	5,00	0,00	0,10		
				Összesen:	5 553,91	1 328,67	49,68	57,14	17,94	144,90	29,94	1,65		
		00499	R	Citromos tea	93,44	22,35	0,03	0,03	0,00	5,23	5,00	0,00		
				Főtt virsli	581,62	139,14	7,50	12,00	4,60	0,12	0,00	0,15	(1),(6),(7),(10)	
				Ketchup	90,72	21,70	0,42	0,08	0,00	4,80	4,80	0,43	(1)	
				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		
				Sárgadinnye	84,57	20,23	0,15	0,05	0,00	4,75	0,00	0,01		
				Köles golyó	703,08	168,20	0,00	18,60	2,40	0,00	0,00	0,00		
			E	Zöldborsófőzelék	1 553,93	371,75	17,98	9,59	1,49	52,56	5,00	0,35	1,7	
				Natúr sertésszelet	1 196,96	286,35	13,60	22,40	6,60	7,25	0,00	0,32	1	
				Gyümölcsle 100%-os	376,41	90,05	0,47	0,00	0,00	22,40	0,00	0,00		
			U	Sajtkrém	494,37	118,27	8,68	9,33	5,08	0,37	0,00	0,06	7,(1)	
				Teljes kiőrlésű kenyér	540,50	129,31	4,90	0,50	0,15	26,15	0,16	0,04	1	





2025. 07. 17. csütörtök	2025. 07. 17. (00499))	U	Jég saláta	172,70	41,31	3,50	0,75	0,00	5,00	0,00	0,10		
			Összesen:	6 649,83	1 590,84	62,33	74,03	20,97	159,51	14,96	1,52		
2025. 07. 17. csütörtök	(00487) Gyermek (4-6 év)	R	Gyümölcstea	89,32	21,37	0,02	0,00	0,00	5,21	5,00	0,00		
			Tonhal	107,20	0,00	4,72	0,59	0,16	0,00	0,00	0,19	4	
			Citromlé	22,65	5,42	0,05	0,01	0,00	0,92	0,00	0,00		
			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		
			Őszibarack	80,96	19,37	0,40	0,50	0,00	3,00	0,00	0,00		
			Sajtos zabpelyhes pogácsa	1 244,82	297,80	13,39	11,72	4,76	35,57	2,50	0,13	1,3,7	
		E	Daragaluska leves	525,76	125,78	3,91	3,14	0,48	20,21	0,00	0,28	1,3	
			Tejfölös burgonyafőzelék	1 079,51	258,26	6,39	6,71	1,78	42,09	0,00	0,14	1,7	
			Natúr csirkemell	683,54	163,53	21,39	4,64	0,62	8,87	0,00	0,07	1	
		U	Májpástétom	331,13	79,22	1,61	8,02	2,69	0,06	0,00	0,23	(1),(6),(7),(10)	
			kézmíves kenyér	688,82	164,79	4,90	0,50	0,65	27,38	0,00	0,05	1	
			Zöldpaprika	40,95	9,80	0,60	0,15	0,00	1,50	0,00	0,00		
			Összesen:	5 507,87	1 292,04	62,48	36,68	11,29	174,46	7,66	1,14		
	(00499) Bölcsőde 1-3 éves korosztály	R	Gyümölcstea	87,03	20,82	0,01	0,00	0,00	5,12	5,00	0,00		
			Tonhal	107,20	0,00	4,72	0,59	0,16	0,00	0,00	0,19	4	
			Citromlé	22,65	5,42	0,05	0,01	0,00	0,92	0,00	0,00		
			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		
			Őszibarack	80,96	19,37	0,40	0,50	0,00	3,00	0,00	0,00		
			Sajtos zabpelyhes pogácsa	1 244,82	297,80	13,39	11,72	4,76	35,57	2,50	0,13	1,3,7	
		E	Tejfölös burgonyafőzelék	864,72	206,87	5,27	4,71	1,34	35,05	0,00	0,13	1,7	
			Natúr csirkemell*	527,13	126,11	16,17	3,49	0,47	7,36	0,00	0,05	1	
			Smoothie	191,05	45,71	0,54	0,30	0,00	9,80	0,00	0,02		





2025. 07. 17. csütörtök	(00499) Bölcsőde 1-3 éves	U	Májpástétom	331,13	79,22	1,61	8,02	2,69	0,06	0,00	0,23	(1),(6),(7),(10)	
			kézmíves kenyér	688,82	164,79	4,90	0,50	0,65	27,38	0,00	0,05	1	
			Zöldpaprika	40,95	9,80	0,60	0,15	0,00	1,50	0,00	0,00		
			Összesen:	4 799,67	1 122,61	52,76	30,69	10,22	155,41	7,66	0,85		
2025. 07. 18. péntek	(00487) Gyermekek (4-6 év)	R	Kakaó	600,99	143,78	6,99	5,82	3,17	15,70	5,00	0,23	7,(1)	
			Kalács	53,75	12,86	0,19	0,62	0,00	1,55	0,00	0,00		
			Vaj	265,61	63,54	0,03	7,00	3,38	0,03	0,00	0,00		
		T	Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01		
			Sárgabarack	86,00	20,57	0,35	0,05	0,00	4,50	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	Paradicsom leves	509,19	121,82	2,41	5,04	0,57	16,49	5,00	0,40	1,3,9	
			Tavaszi rizseshús	1 600,65	382,93	17,55	10,01	2,12	55,05	0,00	0,22		
			Uborkasaláta	72,41	17,32	0,61	0,06	0,00	3,56	2,50	0,32		
		U	Trappista sajt	388,50	92,94	7,80	6,90	4,20	0,30	0,00	0,05	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:	3 861,69	923,84	37,54	38,09	13,96	106,59	12,50	1,26		
	(00499) Bölcsőde 1-3 éves korosztály	R	Kakaó	472,38	113,01	5,25	4,37	2,38	13,03	5,00	0,17	7,(1)	
			Kalács	53,75	12,86	0,19	0,62	0,00	1,55	0,00	0,00		
			Vaj	265,61	63,54	0,03	7,00	3,38	0,03	0,00	0,00		
		T	Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01		
			Sárgabarack	86,00	20,57	0,35	0,05	0,00	4,50	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	Húsgombóc paradicsommártásban	1 270,60	303,97	16,91	11,21	2,48	33,46	6,99	0,94	1,3,9	
			Főtt burgonya	979,87	234,42	6,25	0,50	0,06	50,00	0,00	1,01		
			Almakompót	181,92	43,52	0,50	0,51	0,00	8,67	0,00	0,01		
		U	Trappista sajt	388,50	92,94	7,80	6,90	4,20	0,30	0,00	0,05	7,(1)	





2025. 07. 18. naptól	(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)	
			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:	3 983,22	952,91	38,89	33,75	13,02	120,95	11,99	2,22		

AZ étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

élelmezésvezető

