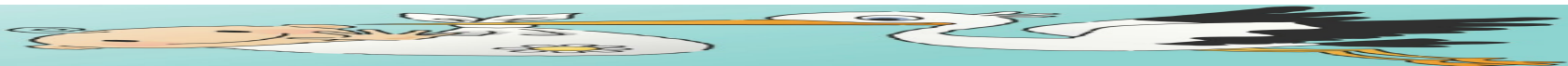
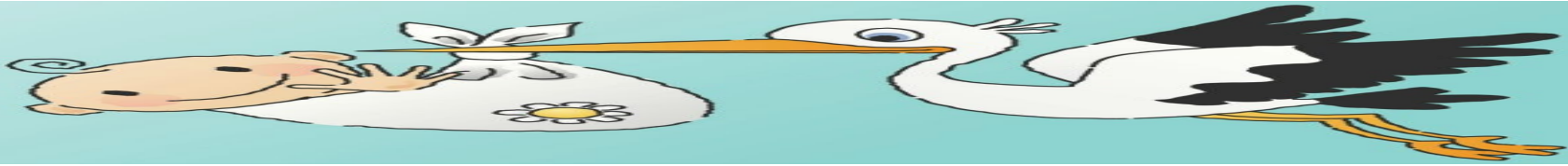


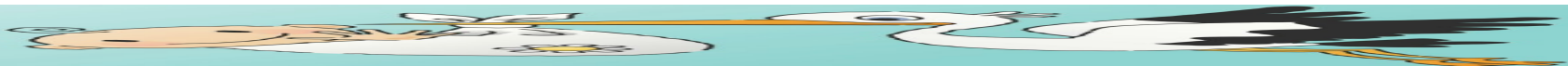
Tételes étlap 2025.03.31. - 2025.04.06.

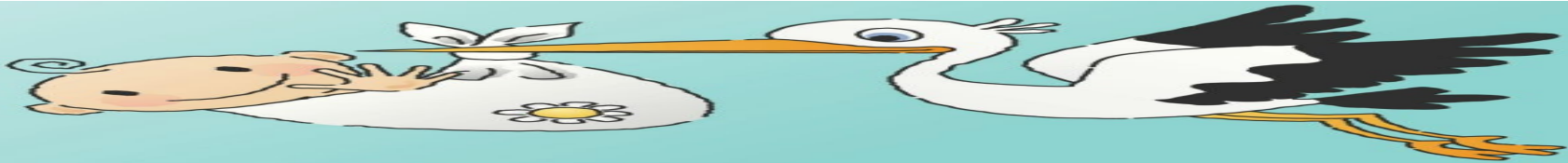
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 03. 31. hétfő	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Tej, 2,8%-os	351,12	84,00	4,50	4,20	3,00	6,90	7,95	0,20	7	
			Gyümölcsstea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,01	0,00		
			Halkrém	242,27	57,96	2,06	5,38	1,42	0,23	0,07	0,17	4,(6),(7)	
			Teljeskiőrlésű kenyér	520,84	124,60	5,29	1,03	0,06	23,38	0,00	0,00	1	
			Savanyú káposzta	8,32	1,99	0,11	0,02	0,00	0,34	0,00	0,09	(12)	
		T	Alma, Körte	104,40	24,98	0,24	0,21	0,00	5,70	4,85	0,00		
		E	Húsgombóc kölessel	494,06	118,20	8,97	5,39	0,98	8,01	0,17	0,20	3	
			Sárgarépas brokkolifőzelék	470,86	112,64	5,46	5,16	1,26	10,64	2,73	0,28	1,7	
			Alma	78,00	18,66	0,24	0,24	0,00	4,20	3,57	0,01		
		U	Tej, 2,8%-os	351,12	84,00	4,50	4,20	3,00	6,90	7,95	0,20	7	
			Gyümölcsstea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,01	0,00		
			Pizzakrém lenmaggal	176,40	42,20	0,95	3,07	0,35	3,15	0,27	0,17		
			Fehérkenyér	416,80	99,71	2,92	0,32	0,12	21,40	1,28	0,49	1,(7)	
			Kígyóuborka	5,00	1,20	0,10	0,01	0,00	0,17	0,04	0,00		
			Összesen:	3 221,61	770,72	35,34	29,23	10,19	91,10	28,90	1,81		
2025. 04. 01. kedd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Kávés tej cukor nélkül	351,76	84,15	4,51	4,20	3,00	6,92	7,95	0,20	1,7	
			Gyümölcsstea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,01	0,00		
			Krémsajtos sonkakrém	173,30	41,46	2,17	3,45	1,90	0,35	0,01	0,18	7,10,(1),(6),(12)	
			Fehérkenyér	416,80	99,71	2,92	0,32	0,12	21,40	1,28	0,49	1,(7)	
			Lilahagyma	16,54	3,96	0,12	0,01	0,22	0,83	0,21	0,00		
		T	Alma	78,00	18,66	0,24	0,24	0,00	4,20	3,57	0,01		
		E	Húspuding	532,88	127,48	8,28	7,50	1,61	6,35	1,53	0,24	1,3,7	
			Paradicsom mártás	451,82	108,09	1,88	4,02	0,48	15,81	6,09	0,43	1,9	
			Főtt burgonya 1/2 adag	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	18,40	0,80	0,11		
			Alma	78,00	18,66	0,24	0,24	0,00	4,20	3,57	0,01		



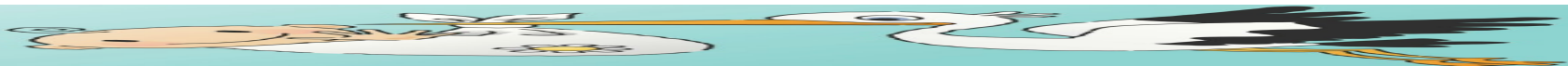


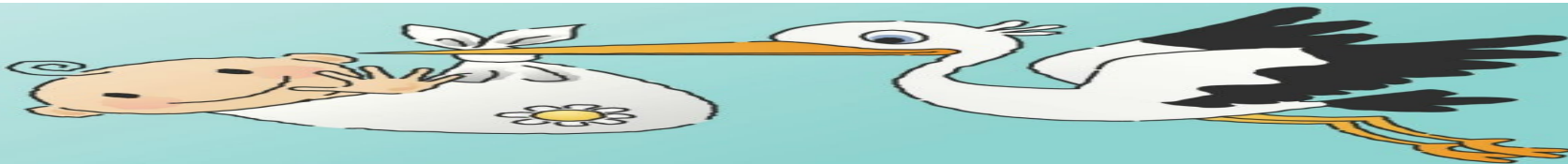
2025. 04. 01. kedd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	U	Tej, 2,8%-os	351,12	84,00	4,50	4,20	3,00	6,90	7,95	0,20	7	
			Gyümölcstea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,01	0,00		
			Vajkrém Hajdú 20gr	317,52	75,96	0,50	8,00	3,87	0,40	0,00	0,00	7	
			Fehérkenyér	416,80	99,71	2,92	0,32	0,12	21,40	1,28	0,49	1,(7)	
			Zöldpaprika	8,40	2,01	0,12	0,03	0,00	0,30	0,00	0,00		
			Összesen:	3 587,31	858,20	30,90	32,73	14,35	107,54	34,26	2,36		
2025. 04. 02. szerda	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Tej, 2,8%-os	351,12	84,00	4,50	4,20	3,00	6,90	7,95	0,20	7	
			Gyümölcstea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,01	0,00		
			Főtt tojáskarika	142,12	34,00	2,70	2,40	0,62	0,12	0,00	0,07	3	
			Margarin Liga 20%	46,50	11,12	0,00	1,23	0,33	0,01	0,00	0,07	(7)	
			Teljeskiőrlésű kenyér	520,84	124,60	5,29	1,03	0,06	23,38	0,00	0,00	1	
			Kaliforniai paprika	12,60	3,01	0,14	0,01	0,00	0,47	0,08	0,00		
		T	Almalé 100% Happy day	244,41	58,47	0,07	0,00	0,00	14,00	0,00	0,01		
		E	Paprikás csirke tésztával	1 196,97	286,36	17,35	9,55	1,52	32,15	0,37	0,67	1,3,7	
			Almakompót	49,29	11,79	0,15	0,15	0,00	2,68	2,19	0,00		
		U	Tej, 2,8%-os	351,12	84,00	4,50	4,20	3,00	6,90	7,95	0,20	7	
			Gyümölcstea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,01	0,00		
			Házi csirkemájkrém	140,23	33,55	2,66	2,24	0,66	0,62	0,03	0,15	(7)	
			Fehérkenyér	416,80	99,71	2,92	0,32	0,12	21,40	1,28	0,49	1,(7)	
			Savanyú káposzta	8,32	1,99	0,11	0,02	0,00	0,34	0,00	0,09	(12)	
			Összesen:	3 482,74	833,18	40,39	25,35	9,31	109,05	19,87	1,95		
2025. 04. 03. csütörtök	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Kakaó	440,40	105,36	4,90	4,60	3,26	10,58	11,45	0,20	7,(1)	
			Gyümölcstea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,01	0,00		
			Túrókrém zöldhagymával	123,87	29,63	2,62	1,65	0,63	0,81	0,06	0,11	7,(1)	
			Fehérkenyér	416,80	99,71	2,92	0,32	0,12	21,40	1,28	0,49	1,(7)	
			Paradicsom	9,70	2,32	0,10	0,02	0,00	0,40	0,10	0,00		
		T	Alma, Narancs	90,60	21,67	0,30	0,18	0,00	4,65	3,95	0,01		
		E	Tojásropogós	544,95	130,37	6,21	4,57	1,32	15,22	1,08	0,61	1,3,7	





2025. 04. 03. csütörtök	(00480) Gyermekek (1-3 év)	E	Tökfőzelék	572,24	136,90	3,63	5,98	1,19	16,24	1,72	0,23	1,7	
			Alma, Körte	104,40	24,98	0,24	0,21	0,00	5,70	4,85	0,00		
		U	Tej, 2,8%-os	351,12	84,00	4,50	4,20	3,00	6,90	7,95	0,20	7	
			Gyümölcstea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,01	0,00		
			Brokkolikrém	79,49	19,02	0,71	1,51	0,53	0,54	0,05	0,13	7,(1)	
			Fehérkenyér	416,80	99,71	2,92	0,32	0,12	21,40	1,28	0,49	1,(7)	
			Kígyóuborka	5,00	1,20	0,10	0,01	0,00	0,17	0,04	0,00		
			Összesen:	3 157,79	755,45	29,15	23,57	10,17	104,09	33,83	2,47		
2025. 04. 04. péntek	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Tej, 2,8%-os	351,12	84,00	4,50	4,20	3,00	6,90	7,95	0,20	7	
			Gyümölcstea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,01	0,00		
			Liga margarin, 20%-os	55,80	13,35	0,00	1,47	0,40	0,01	0,00	0,08	(7)	
			Briós	726,50	173,81	4,75	3,75	1,85	28,90	8,01	0,45	1,3,7	
		T	Almalé 100% Happy day	244,41	58,47	0,07	0,00	0,00	14,00	0,00	0,01		
		E	Pulyka pörkölt	430,45	102,98	8,78	5,65	0,86	1,59	0,24	0,19		
			Zöldborsófőzelék	801,90	191,84	10,73	5,15	1,06	24,54	8,99	0,21	1,7	
			Alma	78,00	18,66	0,24	0,24	0,00	4,20	3,57	0,01		
		U	Tej, 2,8%-os	351,12	84,00	4,50	4,20	3,00	6,90	7,95	0,20	7	
			Gyümölcstea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,01	0,00		
			Köleskörözött lenmaggal	162,09	38,78	0,73	2,24	0,32	3,75	0,07	0,11	10,(12)	
			Teljeskiőrlésű kenyér	520,84	124,60	5,29	1,03	0,06	23,38	0,00	0,00	1	
			Jégcsap retek	6,30	1,51	0,12	0,01	0,00	0,22	0,06	0,01		
			Összesen:	3 730,95	892,58	39,71	27,94	10,55	114,47	36,86	1,47		





.....

BÖLCS.VEZ.

.....

GYERMEKORVOS

.....

ÉLELM.VEZ.

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

