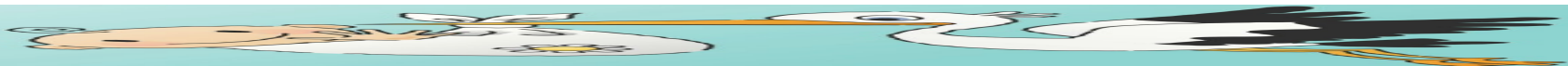
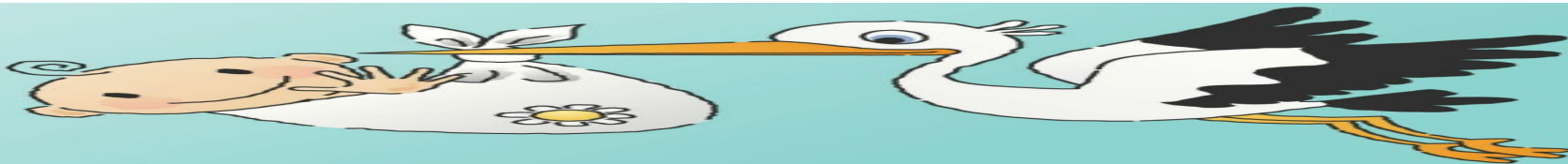


Tételes étlap 2025.06.02. - 2025.06.08.

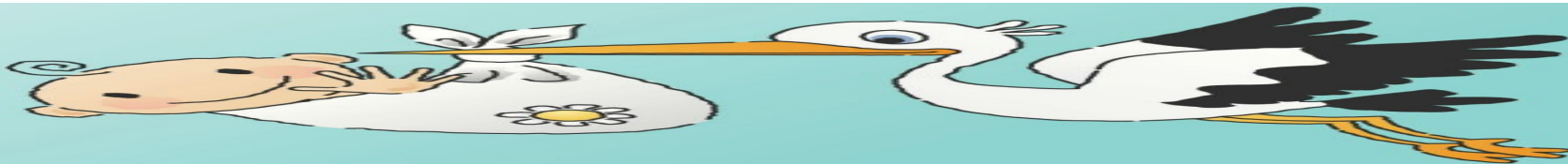
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 06. 02. hétfő	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Tej, 2,8%-os	351,12	84,00	4,50	4,20	3,00	6,90	7,95	0,20	7	
			Gyümölcs tea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,03	0,00		
			Kalács kakaós	505,55	120,94	3,54	3,15	1,30	19,46	2,29	0,31	1,3,7	
			Vaj 80%	156,50	37,44	0,05	4,00	1,69	0,03	0,02	0,00	7	
		T	Almalé 100% Happy day	244,41	58,47	0,07	0,00	0,00	14,00	0,00	0,00		
		E	Tojásomlett	549,30	131,41	6,60	8,92	2,62	5,42	1,10	0,31	1,3,7	
			Tejfölös céklafőzelék	652,97	156,21	5,45	4,94	1,55	20,72	5,09	0,51	1,7	
			Alma	78,00	18,66	0,24	0,24	0,00	4,20	3,57	0,01		
		U	Gyümölcs tea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,03	0,00		
			Házi csirkemájkrém	140,23	33,55	2,66	2,24	0,66	0,62	0,04	0,15	(7)	
			Teljeskiőrlésű kenyér	520,84	124,60	5,29	1,03	0,06	23,38	0,00	0,00	1	
			Paradicsom	9,70	2,32	0,10	0,02	0,00	0,40	0,10	0,00		
			Összesen:	3 211,04	768,18	28,50	28,74	10,88	95,21	20,22	1,49		
2025. 06. 03. 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	
			Gyümölcs tea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,03	0,00		
			Sonkakrém házi	108,67	26,00	2,73	1,59	0,49	0,14	0,02	0,17	(1),(6),(7)	
			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		
		T	Házi joghurtital	399,86	95,66	4,80	4,80	2,97	7,89	8,42	0,32	7	
		E	Vadas mártás pulykahússal	677,66	162,12	10,29	7,36	1,03	10,06	3,84	0,33	1,7,9,10,(12)	
			Tésztaköret	614,44	146,99	5,25	2,58	0,38	25,51	0,00	0,32	1,3	
			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	
			Gyümölcs tea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,03	0,00		
			Pizzakrém lenmaggal	176,40	42,20	0,95	3,07	0,35	3,15	2,07	0,17		





2025. 06. 03. szombat	(00480)	U	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	0,08	0,00		
			Összesen:	3 607,33	862,99	39,33	28,72	11,46	108,12	36,56	2,70		
2025. 06. 04. szombat	(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	0,03	0,00		
			Sajtos halkrém	275,54	65,92	2,75	5,85	2,80	0,46	0,23	0,27	4,7,10,(1),(6),(12)	
			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	0,08	0,00		
		T	Kefír (Kem.)	138,18	33,06	3,40	0,10	0,05	4,60	4,60	0,30	7	
		E	Párolt vagdalt	461,83	110,49	8,07	4,39	0,72	7,46	0,38	0,36	1,3,(6),(7)	
			Sóskamártás	639,83	153,07	3,34	6,56	0,72	19,46	10,19	0,15	1,7	
			Főtt burgonya 1/2 adag	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	18,40	0,80	0,11		
			Alma, Körte	104,40	24,98	0,24	0,21	0,00	5,70	4,85	0,00		
		U	Gyümölcstea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,03	0,00		
			Házi szárnyashúskrém	120,60	28,85	2,14	1,95	0,28	0,52	0,06	0,13	7,10,(1),(12)	
			Teljeskiőrlésű kenyér	520,84	124,60	5,29	1,03	0,06	23,38	0,00	0,00	1	
			Paradicsom	9,70	2,32	0,10	0,02	0,00	0,40	0,10	0,00		
			Összesen:	3 441,61	823,36	35,37	24,86	7,78	109,06	30,58	2,01		
2025. 06. 05. 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	0,03	0,00		
			Főtt tojáskarika	142,12	34,00	2,70	2,40	0,62	0,12	0,00	0,07	3	
			Liga margarin, 20%-os	55,80	13,35	0,00	1,47	0,40	0,01	0,01	0,08	(7)	
			Rozsos kenyér	430,42	102,97	4,04	0,72	0,12	19,96	1,40	0,47	1,(6),(7)	
			Kaliforniai paprika	12,60	3,01	0,14	0,01	0,00	0,47	0,08	0,00		
		T	Multivitamin ital 100%	213,36	51,04	0,27	0,00	0,00	12,70	0,00	0,00		
		E	Zöldséges halfeljút	496,33	118,74	8,23	5,79	0,99	8,14	0,22	0,42	1,3,4	
			Pasztelnák főzelék	1 033,30	247,20	5,28	10,94	3,55	28,51	5,17	0,59	1,7	
			Alma	78,00	18,66	0,24	0,24	0,00	4,20	3,57	0,01		





2025. 06. 05.	(00480) Gyermek (1-3 év)	U	Gyümölcstea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,03	0,00		
			Vaníliás-almás túrókrém	126,00	30,14	1,87	1,03	0,44	3,20	3,08	0,01	7,(1)	
2025. 06. 06. péntek	(00480) Gyermek (1-3 év)	R	Fehérkenyér	416,80	99,71	2,92	0,32	0,12	21,40	1,28	0,49	1,(7)	
			Összesen:	3 447,55	824,76	30,59	27,52	9,50	109,37	26,32	2,34		
			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	0,03	0,00		
			Főtt virsli ketchuppal	397,82	95,17	6,10	6,26	1,63	3,49	1,40	0,95	(1),(6),(7),(10)	
			Teljeskiőrlésű kenyér	520,84	124,60	5,29	1,03	0,06	23,38	0,00	0,00	1	
			Paradicsomlé 100% Aró	66,76	15,97	0,76	0,05	0,00	3,11	0,00	0,01		
			Húsos falafel	519,96	124,39	12,47	8,35	1,23	7,60	0,37	0,32	3	
			Karfiolos vegyesfőzelék	580,95	138,98	5,86	5,61	1,32	15,50	4,67	0,30	1,7	
			Alma	78,00	18,66	0,24	0,24	0,00	4,20	3,57	0,01		
			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	0,03	0,00		
			Liga margarin, 20%-os	55,80	13,35	0,00	1,47	0,40	0,01	0,01	0,08	(7)	
			Sajtos kifli	536,95	128,46	5,67	2,60	1,49	20,45	0,00	0,76	1,3,7	
			Kígyóuborka	5,00	1,19	0,10	0,01	0,00	0,17	0,04	0,00		
			Összesen:	3 466,74	829,35	45,49	34,02	12,13	91,79	26,02	2,83		

.....
INTÉZMÉNYVEZ.

.....
GYERMEKORVOS

.....
ÉLELM.VEZ.

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

