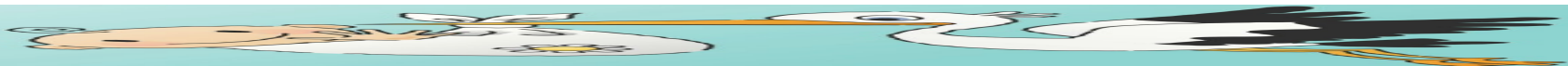
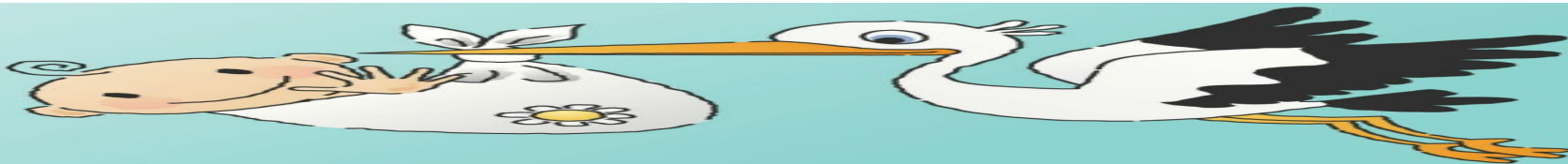


Tételes étlap 2025.06.09. - 2025.06.15.

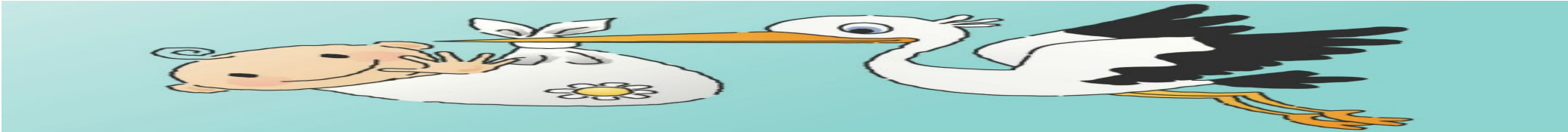
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 06. 10. kedd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Tej, 2,8%-os	351,12	84,00	4,50	4,20	3,00	6,90	7,95	0,20	7	
			Gyümölcsstea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,03	0,00		
			Zala felvágott Kométa	102,44	24,51	1,56	1,99	0,73	0,06	0,00	0,25	(1),(6),(7)	
			Vaj 80%	156,50	37,44	0,05	4,00	1,69	0,03	0,02	0,00	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		
		T	Kefír (Kem.)	138,18	33,05	3,40	0,10	0,05	4,60	4,60	0,30	7	
		E	Parajos firenzei halfilé	607,57	145,35	9,57	9,01	2,46	5,74	0,98	0,44	1,3,4,7	
			Zelleres burgonyafőzelék	865,32	207,01	5,44	7,60	1,52	26,59	3,61	0,34	1,7,9	
			Alma	78,00	18,66	0,24	0,24	0,00	4,20	3,57	0,01		
		U	Gyümölcsstea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,03	0,00		
			Padlizsánkrém lenmaggal	80,96	19,37	0,43	1,35	0,32	1,32	0,31	0,25	10,(7),(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		
			Összesen:	3 338,25	798,61	33,62	29,89	9,95	95,00	22,56	2,28		
2025. 06. 11. szerda	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Vaníliás tej	364,36	87,17	4,50	4,20	3,00	7,69	8,75	0,20	7	
			Gyümölcsstea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,03	0,00		
			Házi pástétom lenmaggal	155,04	37,09	1,70	3,08	0,82	0,24	0,02	0,16	1,3,(6),(7),(10)	
			Fehérkenyér	416,80	99,71	2,92	0,32	0,12	21,40	1,28	0,49	1,(7)	
			Kaliforniai paprika	12,60	3,01	0,14	0,01	0,00	0,47	0,07	0,00		
		T	Meggyes turmix	371,38	88,85	3,84	3,51	2,40	10,32	10,66	0,16	7	
		E	Rakott kelkáposzta zabpehellyel	1 110,01	265,55	17,36	11,63	1,60	19,08	2,17	0,41	1,7	
			Alma, Körte	104,40	24,98	0,24	0,21	0,00	5,70	4,85	0,00		
		U	Gyümölcsstea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,03	0,00		
			Tojásos tejszínes sajtkrém	226,06	54,08	1,75	4,93	2,60	0,50	0,39	0,16	3,7,10,(1),(12)	





2025. 06. 11. csütörtök	(00480)	U	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:	3 184,87	761,93	35,47	28,22	10,66	87,05	29,57	2,07		
2025. 06. 12. csütörtök	(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		
			Túrókrém zöldhagymával	123,87	29,63	2,62	1,65	0,63	0,81	0,62	0,11	7,(1)	
			Rozsos kenyér	430,42	102,97	4,04	0,72	0,12	19,96	1,40	0,47	1,(6),(7)	
			Paradicsom	9,70	2,32	0,10	0,02	0,00	0,40	0,10	0,00		
		T	Almalé 100% Happy day	244,41	58,47	0,07	0,00	0,00	14,00	0,00	0,01		
		E	Tojáspörkölt	443,49	106,10	6,16	8,11	1,68	1,41	0,25	0,26	3	
			Finomfőzelék	619,45	148,19	6,48	5,01	1,07	18,67	7,09	0,14	1,7	
			Túró Rudi (Lotti)	444,67	106,38	4,35	5,46	4,33	9,30	16,80	0,02	7,(1)	
			Alma	78,00	18,66	0,24	0,24	0,00	4,20	3,57	0,01		
		U	Gyümölcstea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,03	0,00		
			Vaj 80%	187,80	44,92	0,06	4,80	2,02	0,03	0,01	0,00	7	
			Sajtos kifli	268,47	64,23	2,83	1,30	0,74	10,22	0,00	0,38	1,3,7	
			Savanyú káposzta	8,32	1,99	0,11	0,02	0,00	0,34	0,00	0,09	(12)	
			Összesen:	3 212,14	768,44	31,56	31,53	13,59	86,32	37,85	1,69		
2025. 06. 13. 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	0,03	0,00		
			Liga margarin, 20%-os	55,80	13,35	0,00	1,47	0,40	0,01	0,01	0,08	(7)	
			Briós	726,50	173,81	4,75	3,75	1,85	28,90	8,01	0,45	1,3,7	
		T	Cseresznyés turmix cukor nélkül	360,40	86,22	3,84	3,45	2,40	9,72	6,36	0,16	7	
		E	Tavaszi rizses csirke	1 211,95	289,94	15,82	8,14	1,27	37,84	2,66	0,27		
			Paradicsomsaláta	54,35	13,00	0,43	0,07	0,01	2,54	1,38	0,03		
			Alma	78,00	18,66	0,24	0,24	0,00	4,20	3,57	0,01		
		U	Gyümölcstea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,03	0,00		
			Brokkolis szendvicskrém	170,13	40,70	0,95	3,87	2,29	0,45	0,20	0,12	7,(1)	





2025. 06. 13. 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:	3 435,87	821,98	33,57	25,54	11,34	112,34	31,56	1,81		

.....
INTÉZMÉNYVEZ.

.....
GYERMEKORVOS

.....
ÉLELM.VEZ.

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

