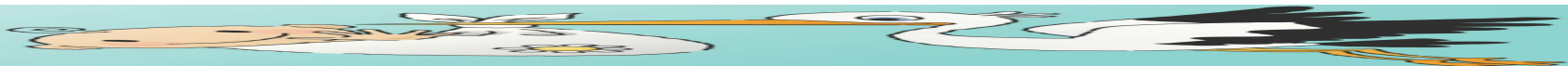
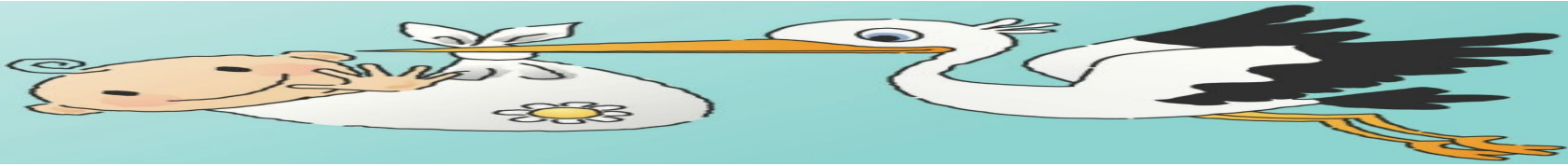


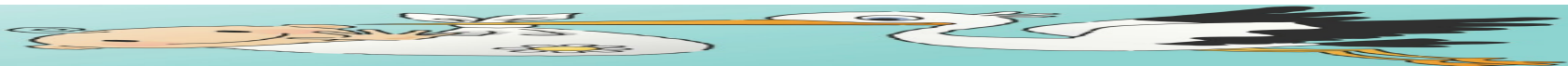
Tételes étlap 2025.06.30. - 2025.07.06.

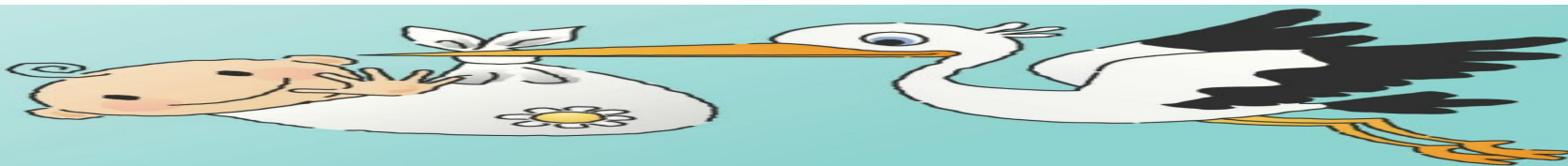
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidr át (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 06. 30. hétfő	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Citromos víz cukor nélkül	2,42	0,58	0,01	0,00	0,00	0,07	0,06	0,00		
			Halkrém	242,27	57,96	2,06	5,38	1,42	0,23	0,09	0,17	4,(6),(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	Narancslé 100% Happy day	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00		
		E	Tojásropogós	544,95	130,37	6,21	4,57	1,32	15,22	1,08	0,61	1,3,7	
			Kapormártás	520,06	124,42	2,70	4,98	0,94	16,60	5,20	0,13	1,7	
			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		
		U	Tej, 2,8%-os	351,12	84,00	4,50	4,20	3,00	6,90	7,95	0,20	7	
			Citromos víz cukor nélkül	2,42	0,58	0,01	0,00	0,00	0,07	0,06	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)	
			Kígyóuborka	5,00	1,20	0,10	0,01	0,00	0,17	0,04	0,00		
			Összesen:	3 380,42	808,72	27,72	22,48	7,21	119,26	20,54	1,97		
2025. 07. 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	
			Citromos víz cukor nélkül	2,42	0,58	0,01	0,00	0,00	0,07	0,06	0,00		
			Paradicsomos sajtkrém	175,29	41,93	2,37	3,26	1,70	0,73	0,73	0,29	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		
		T	Meggyes turmix	371,38	88,85	3,84	3,51	2,40	10,32	10,66	0,16	7	
		E	Almás csirkecomb	414,45	99,15	9,59	5,31	0,91	3,38	2,68	0,21		
			Burgonyapüré	850,40	203,44	5,51	4,52	1,80	31,76	3,95	0,22	7	
			Uborka saláta	42,04	10,06	0,27	0,03	0,00	2,12	1,65	0,20		
			Görögdinnye, alma	87,80	21,00	0,32	0,20	0,00	4,70	1,79	0,01		





2025. 07. 01. kedd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	U	Citromos víz cukor nélkül	2,42	0,58	0,01	0,00	0,00	0,07	0,06	0,00		
			Brokkolis szendvicskrém	170,13	40,70	0,95	3,87	2,29	0,45	0,20	0,12	7,(1)	
			Fehérkenyér	416,80	99,71	2,92	0,32	0,12	21,40	1,28	0,49	1,(7)	
			Jégcsap retek	6,30	1,51	0,12	0,01	0,00	0,22	0,06	0,01		
			Összesen:	3 312,99	792,57	33,44	25,56	12,34	103,71	32,39	2,40		
2025. 07. 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	
			Citromos víz cukor nélkül	2,42	0,58	0,01	0,00	0,00	0,07	0,06	0,00		
			Vajkrém Hajdú 20gr	317,52	75,96	0,50	8,00	3,87	0,40	0,40	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	0,08	0,00		
		T	Almalé 100% Happy day	244,41	58,47	0,07	0,00	0,00	14,00	0,00	0,01		
			Halgombóc	494,08	118,20	8,01	5,78	0,99	7,29	0,32	0,22	1,3,4	
			Paradicsomos zöldbabfőzelék	598,52	143,19	4,36	5,20	0,57	19,23	10,34	0,33	1,9	
		U	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	
			Citromos víz cukor nélkül	2,42	0,58	0,01	0,00	0,00	0,07	0,06	0,00		
			Csicseriborsókrém fűszeresen	111,56	26,69	1,38	2,58	0,32	2,57	0,32	0,15	3,10,(1),(12)	
			Teljeskiőrlésű kenyér	520,84	124,60	5,29	1,03	0,06	23,38	0,00	0,00	1	
			Kígyóuborka	5,00	1,20	0,10	0,01	0,00	0,17	0,04	0,00		
			Összesen:	3 502,21	837,85	32,01	31,59	11,93	106,88	32,37	1,61		
2025. 07. 03. 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	
			Citromos víz cukor nélkül	2,42	0,58	0,01	0,00	0,00	0,07	0,06	0,00		
			Vaj 80%	156,50	37,44	0,05	4,00	1,69	0,03	0,02	0,00	7	
			Kalács kakaós	505,55	120,94	3,54	3,15	1,30	19,46	2,29	0,31	1,3,7	
		T	Kefir (Kem.)	138,18	33,06	3,40	0,10	0,05	4,60	4,60	0,30	7	
			Túrós vagdalt	612,57	146,55	10,68	6,34	1,27	9,09	0,71	0,42	1,3,7	
		E	Brokkolifőzelék zabliszttel	571,05	136,61	7,01	6,86	1,20	10,98	1,29	0,28	1,7	
			Alma, Meggy	104,40	24,98	0,36	0,27	0,00	5,40	1,79	0,01		





2025. 07. 03. csütörtök	(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	
			Citromos víz cukor nélkül	2,42	0,58	0,01	0,00	0,00	0,07	0,06	0,00		
			Túrókrém baracklekvárral	117,48	28,11	1,74	1,06	0,42	2,73	2,63	0,01	7,(1),(12)	
			Fehérkenyér	416,80	99,71	2,92	0,32	0,12	21,40	1,28	0,49	1,(7)	
			Összesen:	3 329,61	796,56	38,72	30,50	12,05	87,63	30,63	2,22		
2025. 07. 04. péntek	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Citromos víz cukor nélkül	2,42	0,58	0,01	0,00	0,00	0,07	0,06	0,00		
			Krémsajtos sonkakrém	173,30	41,46	2,17	3,45	1,90	0,35	0,16	0,18	7,10,(1),(6),(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		
		T	Házi gyümölcsjoghurt	379,09	90,69	3,96	3,96	2,37	9,62	9,72	0,26	7	
		E	Paprikás csirke tésztával	1 196,97	286,36	17,35	9,55	1,52	32,15	0,39	0,67	1,3,7	
			Káposztasaláta sárgaréppával	60,59	14,50	0,36	0,05	0,01	3,08	1,67	0,12		
			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	
			Citromos víz cukor nélkül	2,42	0,58	0,01	0,00	0,00	0,07	0,06	0,00		
			Zöldhagymás tojáskrém	102,61	24,55	1,39	1,94	0,51	0,19	0,05	0,08	3,(7)	
			Kifli vizes 60g	278,48	66,62	2,25	0,55	0,75	12,73	0,07	0,38	1,3,7	
			Kígyóuborka	5,00	1,20	0,10	0,01	0,00	0,17	0,04	0,00		
			Összesen:	3 160,54	756,12	37,73	25,00	10,12	93,31	23,84	1,90		

.....

INTÉZMÉNYVEZ.

.....

GYERMEKORVOS

.....

ÉLELM.VEZ.

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

