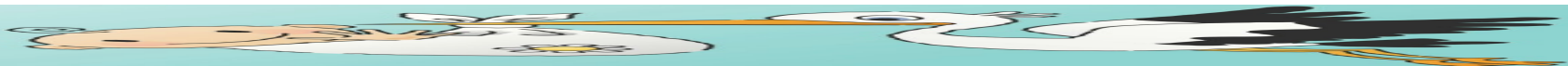
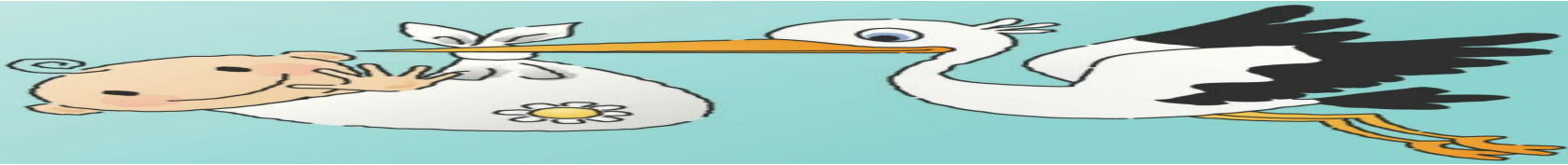


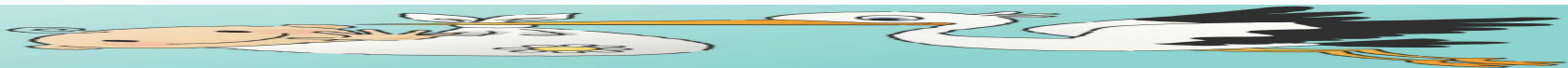
Tételes étlap 2025.09.29. - 2025.10.05.

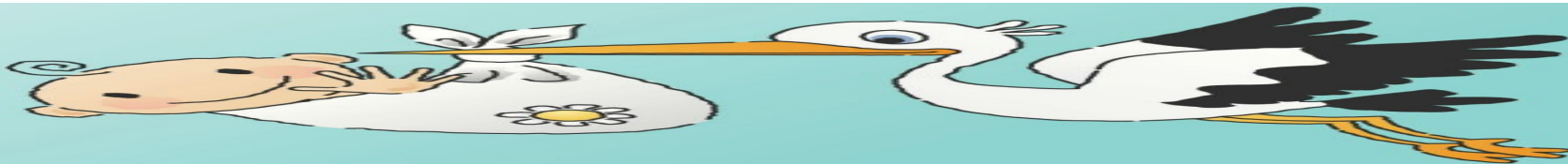
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 09. 29. hétfő	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Kávés tej cukor nélkül	351,76	84,15	4,51	4,20	3,00	6,92	7,95	0,20	1,7	
			Gyümölcstea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	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)	
			Kígyóuborka	5,00	1,20	0,10	0,01	0,00	0,17	0,04	0,00		
		T	Multivitamin ital 100%	213,36	51,04	0,27	0,00	0,00	12,70	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	
			Zöldborsófőzelék	836,98	200,24	10,73	6,07	1,16	24,54	9,01	0,21	1,7	
			Alma, Szilva	112,20	26,84	0,33	0,12	0,00	6,03	5,13	0,01		
		U	Gyümölcstea 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)	
			Liga margarin, 20%-os	55,80	13,35	0,00	1,47	0,40	0,01	0,01	0,08	(7)	
			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	0,08	0,00		
			Összesen:	3 230,50	772,84	31,78	26,51	8,97	99,44	25,96	2,20		
2025. 09. 30. kedd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Gyümölcstea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,03	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	Alma	78,00	18,66	0,24	0,24	0,00	4,20	3,57	0,01		
		E	Rakott brokkoli bulgurral	1 032,68	247,05	16,51	9,64	1,27	18,95	0,72	0,35	1,7	
			Vaníliapuding	403,96	96,64	3,00	2,80	2,00	14,76	10,30	0,16	7,(1),(6),(8),(12)	
		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	0,03	0,00		
			Padlizsánpástétom	180,38	43,15	0,83	4,05	2,31	0,79	0,33	0,13	7,10,(1),(12)	





2025. 09. 30. fordulópont	(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:	3 177,60	760,18	35,68	25,78	10,66	91,51	24,55	1,52		
2025. 10. 01. szerda	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Gyümölcsstea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,03	0,00		
			Zöldhagymás tojáskrém	102,61	24,55	1,39	1,94	0,51	0,19	0,05	0,08	3,(7)	
			Fehérkenyér	416,80	99,71	2,92	0,32	0,12	21,40	1,28	0,49	1,(7)	
			Lilahagyma	8,27	1,98	0,06	0,01	0,11	0,42	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	Csirkepörkölt	492,58	117,84	10,79	7,32	1,19	1,98	0,36	0,22		
			Kukoricafőzelék	1 055,72	252,57	8,20	8,70	2,42	33,89	4,28	0,32	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	
			Gyümölcsstea 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		
			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:	3 376,53	807,79	32,14	26,10	7,82	109,28	22,32	1,98		
2025. 10. 02. csütörtök	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Gyümölcsstea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,03	0,00		
			Majonézes tonhalkrém lenmaggal	286,76	68,60	2,10	6,62	0,85	0,19	0,02	0,19	3,4,10,(1),(6),(7)	
			Teljeskiőrlésű kenyér	520,84	124,60	5,29	1,03	0,06	23,38	0,00	0,00	1	
			Zöldpaprika	8,40	2,01	0,12	0,03	0,00	0,30	0,08	0,00		
		T	Házi gyümölcsjoghurt	379,09	90,69	3,96	3,96	2,37	9,62	9,72	0,26	7	
		E	Párolt vagdalt zabpehellyel	626,18	149,80	10,00	6,60	1,08	9,86	0,24	0,20	1,3	
			Karfiolos vegyesfőzelék	616,03	147,38	5,86	6,53	1,43	15,50	4,67	0,30	1,7	
			Alma, Szilva	112,20	26,84	0,33	0,12	0,00	6,03	5,13	0,01		
		U	Gyümölcsstea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,03	0,00		





2025. 10. 02. péntek	(00480)	U	Kókuszos zabkása gyümölcsöntettel	904,38	216,36	7,57	10,58	7,63	22,19	13,00	0,23	1,7	
			Összesen:	3 456,30	826,86	35,23	35,47	13,42	87,15	32,92	1,19		
2025. 10. 03. 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		
			Tavaszi felvágott Kométa	92,03	22,02	1,24	1,75	0,66	0,28	0,00	0,22	(1),(6),(7)	
			Vaj 80%	187,80	44,93	0,06	4,80	2,03	0,03	0,02	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	Joghurtos körteturmix	281,47	67,34	2,64	2,62	1,58	8,08	8,00	0,17	7	
		E	Temesvári pulykaragu bulgurral	1 352,51	323,57	17,65	11,24	1,54	31,53	2,24	0,63	1,7	
			Alma, Kiwi	104,40	24,98	0,42	0,30	0,00	5,49	4,67	0,01		
		U	Gyümölcstea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,03	0,00		
			Trappistasajt-krém	337,42	80,72	2,24	7,85	2,95	0,19	0,16	0,27	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:	3 556,17	850,77	34,81	33,44	12,00	95,85	25,78	2,48		

.....

INTÉZMÉNYVEZ.

.....

GYERMEKORVOS

.....

ÉLELM.VEZ.

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

