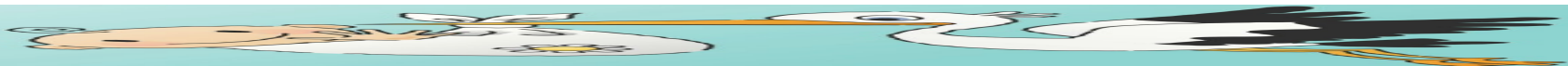
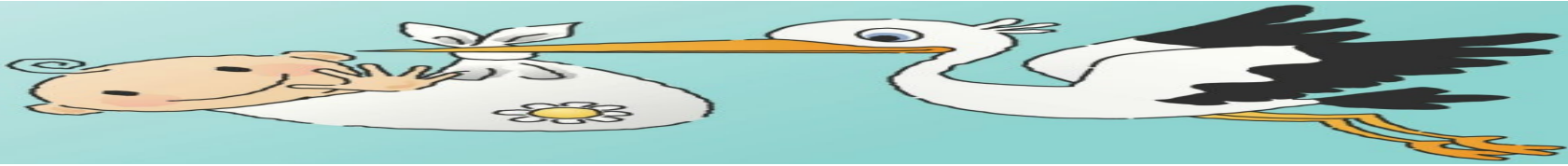


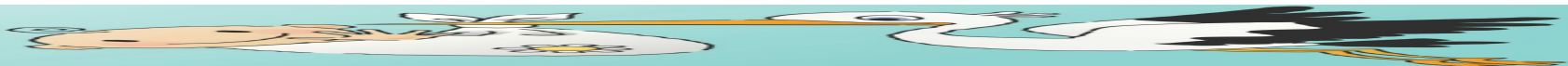
Tételes étlap 2025.11.03. - 2025.11.09.

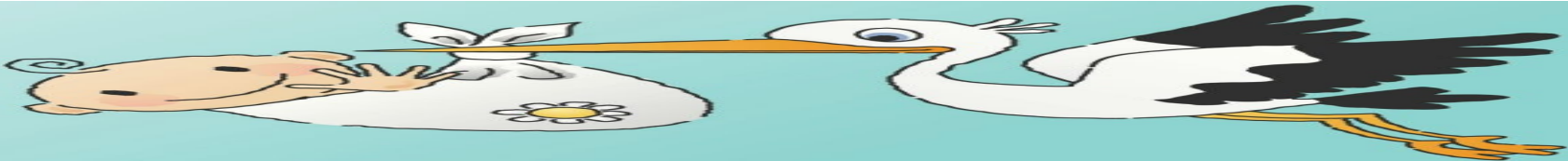
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidr át (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 11. 03. hétfő	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Gyümölcsstea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,03	0,00		
			Túrókrém baracklekvárral	117,48	28,11	1,74	1,06	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)	
		T	Alma, Kiwi	104,40	24,98	0,42	0,30	0,00	5,49	4,67	0,01		
		E	Parajos firenzei halfilé	607,57	145,35	9,57	9,01	2,46	5,74	0,98	0,44	1,3,4,7	
			Kukoricafőzelék	1 055,72	252,57	8,20	8,70	2,42	33,89	4,28	0,32	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	0,03	0,00		
			Köleskörözött lenmaggal	162,09	38,78	0,73	2,24	0,32	3,75	0,15	0,11	10,(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:	3 317,40	793,65	31,34	26,40	8,86	105,75	26,89	2,08		
2025. 11. 04. kedd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Kávés tej	385,20	92,15	4,51	4,20	3,00	8,92	9,95	0,20	1,7	
			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)	
			Liga margarin, 20%-os	55,80	13,35	0,00	1,47	0,40	0,01	0,01	0,08	(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	Alma, Narancs	90,60	21,67	0,30	0,18	0,00	4,65	3,95	0,01		
		E	Bolognai tészta	1 488,57	356,12	21,51	11,88	3,28	40,30	4,90	1,81	1,3,7,9	
			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		
			Házi csirkemájkrém	140,23	33,55	2,66	2,24	0,66	0,62	0,04	0,15	(7)	
			Fehérkenyér	416,80	99,71	2,92	0,32	0,12	21,40	1,28	0,49	1,(7)	





2025. 11. 05. szerda	(00480) Gyermekek (1-3 év)	U	Zöldpaprika	8,40	2,01	0,12	0,03	0,00	0,30	0,08	0,00		
			Összesen:	3 299,00	789,23	39,21	23,60	8,25	104,32	23,94	3,00		
2025. 11. 06. csütörtök	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Kakaó	432,71	103,52	4,80	4,50	3,19	10,53	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		
			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)	
			Kifli vizes 60g	278,48	66,62	2,25	0,55	0,75	12,73	0,07	0,38	1,3,7	
			Zöldpaprika	8,40	2,01	0,12	0,03	0,00	0,30	0,08	0,00		
		T	Paradicsomlé 100% Aró	66,76	15,97	0,76	0,05	0,00	3,11	0,00	0,01		
			Keksz	346,42	82,87	1,96	1,36	0,40	15,60	3,70	0,20	1,12,(3),(5),(6),(7),(8)	
		E	Sonkás tojásfelfűjt	467,30	111,79	4,94	5,78	1,29	9,28	1,03	0,36	1,3,7,(6)	
			Karfiolos vegyesfőzelék	616,03	147,38	5,86	6,53	1,43	15,50	4,67	0,30	1,7	
			Alma, Narancs	90,60	21,67	0,30	0,18	0,00	4,65	3,95	0,01		
		U	Gyümölcstea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,03	0,00		
			Túrós palacsinta	776,66	185,80	7,30	7,72	2,19	20,72	6,60	0,27	1,3,7	
			Összesen:	3 372,54	806,81	30,39	33,32	10,10	92,69	31,63	1,92		
		R	Gyümölcstea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,03	0,00		
			Párizsikrém	146,26	34,99	1,29	3,11	1,02	0,38	0,05	0,31	10,(1),(6),(7),(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		
	(00480) Gyermekek (1-3 év)	T	Alma, Körte	104,40	24,98	0,24	0,21	0,00	5,70	4,85	0,00		
		E	Tojásropogós	544,95	130,37	6,21	4,57	1,32	15,22	1,08	0,61	1,3,7	
			Káposztafőzelék	560,02	133,98	3,28	7,38	0,84	12,76	0,30	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)	
		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		
			Házi sajtkrém	176,09	42,13	2,35	3,46	1,68	0,29	0,17	0,24	7,(1)	
			Fehérkenyér	416,80	99,71	2,92	0,32	0,12	21,40	1,28	0,49	1,(7)	





2025. 11. 07. péntek	(00480) Gyermekek (1-3 év)	U	Kígyóuborka	5,00	1,20	0,10	0,01	0,00	0,17	0,04	0,00		
			Összesen:	3 278,87	784,43	30,65	29,76	12,37	95,80	32,64	2,02		
		R	Gyümölcstea cukor nélkül	1,21	0,29	0,00	0,00	0,00	0,04	0,03	0,00		
			Lapkasajt (Hajdú-Kőröstej)	156,26	37,38	3,17	2,15	1,17	1,20	1,04	0,19	7,(1)	
			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)	
			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	Tavaszi rizses csirke	1 303,55	311,85	16,68	7,76	1,22	43,26	3,22	1,11		
			Almakompót	97,04	23,22	0,17	0,17	0,00	5,45	4,91	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	0,03	0,00		
			Vaj 80%	187,80	44,93	0,06	4,80	2,03	0,03	0,02	0,00	7	
			Briós	726,50	173,81	4,75	3,75	1,85	28,90	8,01	0,45	1,3,7	
			Összesen:	3 529,27	844,33	33,74	25,03	9,79	118,66	26,66	2,50		

.....

INTÉZMÉNYVEZ.

.....

GYERMEKORVOS

.....

ÉLELM.VEZ.

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

