Tételes étlap 2026.11.02. - 2026.11.08.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének
11/2/2026 hétfő	(00100) Bölcsödés (1-3 év)	**R**	Tej 2,8% 1l-es	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,23	7
			Gyümölcstea **B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
			Teavaj	30,39	7,27	0,00	0,80	0,39	0,01	0,00	0,00	7
			Sárgabarack lekvár	111,61	26,70	0,00	0,00	0,00	6,45	6,45	0,00	
			Korpás kifli	555,94	133,00	4,50	1,10	0,06	25,60	0,00	0,00	1
		T	Gyümölcs joghurt 125gr.	151,54	36,25	1,75	1,00	0,42	5,02	5,02	0,06	7,(1)
		E	Rakott sárgarépa burg.al.**B.	1 425,89	341,12	15,92	17,25	6,19	32,89	0,16	0,74	1,7
			Almakompót B	155,36	37,17	0,22	0,23	0,01	8,79	5,00	0,00	
		U	Tej 2,8% 1l-es	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,23	7
			Gyümölcstea **B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
			Húspástétom B.	231,12	55,13	1,59	5,12	0,81	0,43	0,00	0,20	7,10,(12)
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
			Rozsos kenyér	321,00	76,79	2,43	0,27	0,03	16,17	1,14	0,04	1
			Összesen:	4 042,72	966,99	40,21	37,01	14,00	119,36	19,77	1,50	
11/3/2026 kedd	(00100) Bölcsödés (1-3 év)	**R**	Gyümölcstea **B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
			Tej 2,8% 1l-es	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,23	7
			Zöldfűszeres margarinkrém B	150,54	36,02	0,04	4,00	1,20	0,00	0,00	0,00	
			Zöldpaprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
			TK. császárzsemle	631,18	151,00	5,10	0,40	0,00	30,80	0,00	0,00	1
		T	Alma 27%	194,37	46,50	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,00	
		E	Húsgombócleves B	431,46	103,22	5,14	6,31	2,18	6,33	0,05	0,23	1,3
			Sajtos tészta B.toj.m.	998,41	238,85	10,87	8,22	3,57	33,42	0,32	0,49	1,7
		U	Tej 2,8% 1l-es	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,23	7
			Gyümölcstea **B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
			Csirkemell sonka	92,40	22,11	3,40	0,56	0,18	0,84	0,00	0,03	6
			Kígyóuborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
			Korpás kenyér	456,80	109,28	4,04	0,40	0,00	21,60	0,00	0,00	
			Összesen:	4 022,93	962,43	43,23	31,77	13,21	127,63	2,37	1,22	
11/4/2026 szerda	(00100) Bölcsödés (1-3 év)	**R**	Tej 2,8% 1l-es	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,23	7
			Gyümölcstea **B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
			Zala /sertés / felvágott	178,07	42,60	0,24	0,36	0,14	0,00	0,00	0,01	(1),(6),(7),(10)
			Teljes kiőrlésű szel. kenyér	551,05	131,83	5,76	2,28	0,52	21,90	0,00	0,07	1
			Jégcsapretek	2,80	0,67	0,22	0,02	0,00	0,24	0,00	0,00	
		T	Narancslé 100%	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00	
		E	Parajfőzelék mirelit B	766,85	183,46	6,48	6,57	1,34	21,28	0,00	0,12	1,7
			Stefánia vagdalt B	754,74	180,56	10,36	14,11	4,39	2,55	0,00	0,05	1,3
		U	Kakaó B.	463,53	110,89	5,29	4,42	2,41	13,05	5,00	0,17	7
			Gyümölcstea **B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
			Briós 50 gr.	505,34	120,89	3,18	2,84	1,17	20,51	5,06	0,28	1,3,7
			Liga margarin 20% zsírt.	150,48	36,00	0,04	4,00	1,20	0,00	0,00	0,00	
			Összesen:	4 124,35	986,69	39,02	40,38	14,21	103,03	12,06	0,93	
11/5/2026 csütörtök	(00100) Bölcsödés (1-3 év)	**R**	Tej 2,8% 1l-es	378,00	90,43	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17	7
			Gyümölcstea **B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
			Főtt virsli**B.	360,00	86,12	9,00	10,00	3,83	0,10	0,00	0,00	(6),(10)
			Kígyóuborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
			Kenyér félbarna	413,20	98,85	3,92	0,40	0,12	19,16	0,00	0,01	1
		T	Banán	219,45	52,50	0,65	0,05	0,00	12,10	0,00	0,03	
		E	Halfelfujt B	681,72	163,09	11,02	7,88	1,32	12,38	0,00	0,18	1,3,4,7
			Burg.krokett mir.** B	797,35	190,75	2,22	8,09	1,20	21,90	0,00	0,05	
			Vitamin saláta téli B	113,60	27,18	1,14	0,14	0,02	5,08	0,00	0,12	
		U	Tej 2,8% 1l-es	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,23	7
			Gyümölcstea **B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
			Sajtkrém, natur	168,60	40,34	1,57	3,06	1,64	1,63	0,00	0,12	7,(1)
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
			Korpás zsemle,	480,70	115,00	7,92	8,84	0,00	28,41	0,00	0,58	1
			Összesen:	4 178,32	999,60	49,74	48,32	13,46	122,45	2,00	1,50	
11/6/2026 péntek	(00100) Bölcsödés (1-3 év)	**R**	Tej 2,8% 1l-es	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,23	7
			Gyümölcstea **B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
			Padlizsán krém B.	238,22	56,99	0,79	4,85	0,32	5,82	0,00	0,00	7
			Korpás kenyér	456,80	109,28	4,04	0,40	0,00	21,60	0,00	0,00	
			Retek, csomós	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03	
		T	Alma-banán-őszibarack püré 100	209,00	50,00	1,00	0,02	0,00	14,00	0,00	0,00	
		E	Céklafőzelék tejsz. B.	878,71	210,22	4,73	7,04	0,60	35,44	5,00	0,25	1,7
			Sült csirkemáj B.	491,17	117,51	12,00	6,86	1,40	1,80	0,00	0,00	
		U	Tej 2,8% 1l-es	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,23	7
			Gyümölcstea **B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
			Párizsi /sertés /felvágott	183,08	43,80	3,02	2,23	0,84	0,46	0,00	0,06	1,6,7
			Vizes zsemle 40 gr	466,49	111,60	3,76	0,28	0,14	22,80	0,00	0,85	1
			Zöldpaprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
			Összesen:	3 993,59	955,41	43,42	32,96	9,38	126,16	7,00	1,65	

Pintér Józsefné
Intézményvezető

Ujszászi-Cseri Nóra
Élelmezésvezető

Kotymánné Zs. Zsófia
Dietetikus