



Tételes étlap 2025.01.27. - 2025.02.02.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 01. 27. hétfő (00480) Gyermek (1-3 év)	R Tej 1,5dl bölcsi	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
	Gabonagolyó kakaós	238,14	56,97	1,50	0,30	0,06	12,00	3,74	0,12		
	Trappista sajt, zsíros, félkem	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06		
	Rozsos kenyér	405,20	96,94	2,64	0,32	0,04	20,00	0,20	0,60		
	T Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
	E Sajtos húspogácsa bölcsi	1 063,17	254,35	19,11	11,74	4,46	17,52	0,24	1,07		
	Zöldborsófőzelék mir. bölcsi*	873,35	208,94	13,24	4,75	1,19	27,76	0,00	0,29		
	U Ínyenc májkrém kféle 48gr	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,66	0,56		
	Savanyú káposzta	24,95	5,97	0,33	0,06	0,00	1,02	0,00	0,27		
	Összesen:	4 107,82	982,73	52,77	30,34	12,46	120,21	4,84	3,64		
2025. 01. 28. kedd (00480) Gyermek (1-3 év)	R Tej 1,5dl bölcsi	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
	Tojásomlett bölcsi	518,42	124,02	5,66	10,71	2,52	1,09	0,15	0,15		
	Tönköly kenyér	414,66	99,20	3,96	0,52	0,20	18,40	0,00	0,64		
	T Sütőtök	487,62	116,66	2,25	0,90	0,00	24,75	0,00	0,03		





2025. 01. 28. kedd											
(00480) Gyermek (1-3 év)											
E	Rakott brokkoli B*	1 215,27	290,73	14,53	18,96	5,89	15,62	0,89	1,02		
U	Sajtos rúd 60 gr	695,97	166,50	3,14	9,00	3,45	16,50	0,81	1,25		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	Összesen:	3 854,74	922,18	35,04	44,69	14,34	91,31	1,85	3,27		
2025. 01. 29. szerda											
(00480) Gyermek (1-3 év)											
R	Kakaó bölcsei	631,11	150,98	5,26	4,24	2,25	22,24	15,01	0,24		
	Diós krém B*	119,42	28,57	0,62	2,71	0,97	0,39	0,01	0,00		
	Kalocsai Rúd	452,70	108,30	3,19	1,47	0,96	17,88	1,37	0,74		
T	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
E	Kukoricapelyhes csomaggal	803,95	192,33	15,74	4,92	0,91	20,92	1,84	0,70		
	Sütőköfényes bölcsei	1 336,10	319,64	8,25	11,64	1,89	44,84	0,00	0,16		
U	Zöldséges Batyu B	972,28	232,60	8,76	8,04	3,99	31,28	0,55	0,22		
	Összesen:	4 488,67	1 073,83	42,42	33,22	10,97	146,05	18,78	2,07		
2025. 01. 30. csütörtök											
(00480) Gyermek (1-3 év)											
R	Tej 1,5dl bölcsei	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
	Kukoricapehely (corn flakes)	244,53	58,50	1,13	0,47	0,17	12,30	1,38	0,28		
	Vajkrém natúr, 20% zsír.	90,29	21,60	0,50	2,00	1,30	0,40	0,25	0,09		
	Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,66	0,56		
	Sárgarépa friss	50,44	12,07	0,36	0,06	0,01	2,43	0,00	0,09		
T	Gyümölcsleves 100%-os	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00		





2025. 01. 30. csütörtök	(00480) Gyermek (1-3 év)	E	Pulyka aprópecsenye bölcsi	506,08	117,79	8,90	7,73	1,72	3,97	0,05	0,11	
			Galuska köret b	1 072,26	256,52	9,45	8,47	1,25	35,32	0,00	0,86	
		U	Túrókrém édes bölcsi	405,25	96,95	5,92	4,45	2,90	8,18	8,18	0,06	
			Babapiskóta	417,00	99,76	2,74	1,56	0,37	18,51	8,99	0,04	
			Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00	
	Összesen:	4 108,19	979,54	40,16	30,07	10,16	134,90	19,51	2,26			
2025. 01. 31. péntek	(00480) Gyermek (1-3 év)	R	Csipkebogyótea bölcsi	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00	
			Pulykamell sonka	90,29	21,60	2,40	1,00	0,32	0,52	0,26	0,44	
			Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06	
			Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78	
			TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00	
		T	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01	
		E	Petrezselymes pulyka vagdalt b	932,11	222,99	15,71	11,07	2,63	14,68	0,18	1,51	
			Paradicsomos káposzta bölcsi*	625,63	149,67	4,36	4,28	0,46	22,81	5,09	0,78	
		U	Natúr joghurt 150g 1,5%	219,78	52,58	4,48	1,96	1,40	3,92	3,36	0,14	
			Pogácsa kicsi sajtos 22,5g	729,82	174,60	3,98	4,82	3,24	20,28	2,28	0,72	
			Összesen:	3 580,02	850,58	36,37	26,65	8,89	105,95	16,65	4,44	





.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

