



Tételes étlap 2025.02.03. - 2025.02.09.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 02. 03. hétfő (00481) Gyermek (4-6 év)	T Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	7,71	0,13		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
	Szel.Trap.sajt	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49		
	Graham kenyér	530,02	126,80	5,73	0,84	0,22	21,51	0,34	0,60		
	E Mustáros pulykaragu leves O*	718,52	171,90	11,49	9,76	2,66	9,16	0,40	0,72		
	Tejberizs O*	1 214,04	290,44	9,60	4,51	2,31	52,72	14,99	0,28		
	Vegyres gyüm.márt. ovi*	405,91	97,11	0,96	0,48	0,01	21,73	4,04	0,01		
	U Grissini	1 051,48	251,55	5,99	7,00	3,78	31,88	3,21	1,85		
Összesen:	4 543,65	1 087,00	40,05	32,00	13,61	145,56	30,69	4,17			
2025. 02. 04. kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	T Karamellás tej O*	571,62	136,75	6,80	3,00	1,63	20,59	9,99	0,27		
	Teljes kiörlésű sonkás tekeracs	1 801,58	431,00	8,22	12,68	8,50	35,56	3,25	0,90		
	E Csirkebecsinált leves O*	486,22	116,32	8,20	4,58	0,70	10,38	0,01	0,62		
	Tojásfasírt O*	657,53	157,30	5,51	7,39	1,20	16,82	0,18	1,50		
	Parajfőzelék ovi*	530,75	126,97	5,91	6,27	1,06	11,60	0,00	0,54		
	Tönköly kenyér	310,99	74,40	2,97	0,39	0,15	13,80	0,00	0,48		
	U Túrókrém snidlinges O*	188,70	45,14	4,24	2,59	1,70	1,16	1,16	0,24		





2025. 02. 04.	(00481) Gyermek (4-6 év)	U	Zsemle kukoricás	817,61	195,60	6,78	1,40	0,30	37,93	1,03	0,93	
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
			Összesen:	5 374,83	1 285,83	48,83	38,32	15,24	148,18	15,62	5,49	
2025. 02. 05. szerda	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
			Vajkrém ízesített 25% zsírt.	135,43	32,40	0,75	3,00	1,95	0,60	0,38	0,14	
			Kenyér teljes kiörlésű, szel.	97,04	23,22	0,93	0,12	0,01	4,69	0,00	0,10	
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
		E	Reszeltésztalevés O*	319,81	76,51	2,53	2,93	0,33	9,93	0,02	1,26	
			Zöldborsós pulyka ragu O*	724,92	173,43	14,09	10,69	2,56	4,96	0,07	0,89	
			Petrezselymes rizsköret O*	1 119,30	267,78	4,89	6,68	0,77	46,70	0,00	0,60	
U	Teljes kiörlésű sajtos csiga	1 504,80	360,00	7,76	14,37	9,71	29,72	3,79	0,44			
	Összesen:	4 323,40	1 034,32	37,95	40,83	16,97	108,00	4,26	3,70			
2025. 02. 06. csütörtök	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	7,71	0,13	
			Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09	
			Párizsi sajtos, baromfi	200,42	47,95	2,60	3,80	1,41	0,78	0,00	0,39	
			Zsemle graham	1 207,60	288,90	10,37	2,39	0,78	51,39	0,61	1,13	
			TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	





2025. 02. 06. csütörtök												
(00481) Gyermekek (4-6 év)												
E	Magyaros gombaleves O*	501,76	120,04	4,38	7,39	0,92	9,50	0,25	1,28			
	Gyros fűsz. csirke hús O*	576,24	137,86	18,60	6,42	0,85	1,25	0,00	0,44			
	Burgonyapüré O*	949,24	227,09	6,45	3,93	1,77	40,67	0,00	0,59			
	Trópusi befőtt	220,86	52,84	0,28	0,08	0,00	12,47	7,44	0,01			
	U	Kifli, tejes	614,29	146,96	4,91	1,18	0,48	27,70	2,05	0,49		
		Kockasajt natúr, félzsír. 25g	192,28	46,00	1,50	3,50	2,20	2,20	1,30	0,10		
Összesen:		4 791,87	1 142,47	50,07	32,54	9,47	154,80	19,36	4,65			
2025. 02. 07. péntek												
(00481) Gyermekek (4-6 év)												
T	Tejeskávé ovi	456,91	109,31	6,82	3,00	1,63	13,75	3,00	0,27			
	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09			
	Főtt tojás ovi*	110,48	26,43	2,16	1,92	0,50	0,10	0,00	0,06			
	Zsemle magvas	1 193,81	285,60	11,72	7,44	1,71	41,48	1,12	2,12			
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00			
E	Fokhagyma krémleves O*	437,79	104,74	2,74	4,80	0,89	12,21	0,25	0,99			
	Levesgyöngy	138,03	33,02	0,50	2,29	0,28	2,57	0,00	0,06			
	Csikós tokány ovi*	1 059,40	253,45	11,73	21,38	6,49	3,88	0,45	1,39			
	Tészta köret Farfalle O*	1 088,45	260,40	10,20	5,78	0,86	41,57	0,00	0,91			
	Káposztasaláta ovi	177,90	42,56	1,33	0,17	0,02	8,65	4,00	0,33			





2025. 02. 07	(00481 ,	U	Pogácsa vajás	1 730,52	414,00	7,77	12,30	5,66	52,15	14,82	0,89		
			Összesen:	6 578,98	1 573,93	55,17	62,89	19,10	177,57	23,64	7,11		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

