



Tételes étlap 2025.02.17. - 2025.02.23.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 02. 17. hétfő	(00480) Gyermek (1-3 év)	R Fahéjas karamellás tej bölcsei	546,74	130,80	5,10	4,20	2,28	18,02	9,99	0,17		
		Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06		
		Fonott kalács	603,59	144,40	4,19	1,95	1,24	24,12	4,02	1,40		
		T Banán	263,26	62,98	0,78	0,06	0,00	14,52	0,00	0,03		
		E Zöldséges bulgur p.hússal *B	1 202,81	287,75	18,33	12,75	5,23	26,34	0,00	0,59		
		Céklasaláta, csemege szeletelt	79,61	19,05	0,39	0,03	0,00	4,17	2,40	0,37		
		U Tej 2,8 % 1,1	251,59	60,19	3,40	2,80	1,52	5,30	0,00	0,11		
		Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
		Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06		
		Félbarna kenyér	406,30	97,20	3,46	0,46	0,11	19,32	0,36	0,58		
TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00				
		Összesen:	3 664,38	870,77	38,25	27,90	12,00	113,55	16,87	3,93		
2025. 02. 18. kedd	(00480) Gyermek (1-3 év)	R Tej 2,8 % 1,1	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
		Barackíz	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	12,46	0,00		
		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		





2025. 02. 18. kedd											
(00480) Gyermek (1-3 év)											
T	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
E	Sertés aprópecsenye B*	694,75	166,21	8,94	13,86	4,48	1,25	0,01	0,97		
	Tökfőzelék mir. bölcsi	783,30	187,39	3,83	3,28	1,01	15,75	1,92	0,10		
U	Húskrém csirke bölcsi	348,11	83,28	4,16	7,32	2,73	0,38	0,00	0,06		
	Rozsos kenyér	405,20	96,94	2,64	0,32	0,04	20,00	0,20	0,60		
	Savanyú káposzta	24,95	5,97	0,33	0,06	0,00	1,02	0,00	0,27		
	Összesen:	3 696,79	884,39	30,32	32,36	11,38	94,87	15,07	3,02		
2025. 02. 19. szerda											
(00480) Gyermek (1-3 év)											
R	Csipkebogyótea bölcsi	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00		
	Natúr joghurt 150g 1,5%	219,78	52,58	4,48	1,96	1,40	3,92	3,36	0,14		
	Vaj 100g háromnegyed zsíros	31,52	7,54	0,01	0,83	0,52	0,01	0,01	0,00		
	Kifli, tejes	614,29	146,96	4,91	1,18	0,48	27,70	2,05	0,49		
	Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
T	Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
E	Panírozott halrudak bölcsi	764,24	182,83	5,58	12,58	1,06	10,92	0,00	0,00		
	Sárgarépa-főzelék(friss) bölcsi	789,43	188,86	5,22	8,33	1,55	22,66	0,00	0,53		
U	Túrókrém édes bölcsi	405,25	96,95	5,92	4,45	2,90	8,18	8,18	0,06		
	Babapiskóta	556,00	133,01	3,65	2,08	0,50	24,68	11,99	0,06		
	Összesen:	3 682,75	881,04	30,89	31,75	8,41	113,61	30,59	1,32		





2025. 02. 20. csütörtök											
(00480) Gyermek (1-3 év)											
R	Tej 2,8 % 1,1	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
	Sajtkrém félzsíros, ömlesztett	142,20	34,02	1,34	2,60	0,00	1,30	0,60	0,18		
	Félbarna kenyér	406,30	97,20	3,46	0,46	0,11	19,32	0,36	0,58		
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
E	Csirke raguleves B	350,15	83,77	8,81	3,55	0,62	3,96	0,10	0,11		
	Köleskása mákkal B*	1 588,80	380,10	15,75	15,71	5,14	42,69	7,85	0,22		
U	Teljes kiörlésű sonkás tekercs	900,79	215,50	4,11	6,34	4,25	17,78	1,63	0,45		
	Összesen:	3 925,78	939,19	39,27	33,29	12,40	100,51	10,54	1,73		
2025. 02. 21. péntek											
(00480) Gyermek (1-3 év)											
R	Tej 2,8 % 1,1	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
	Tojáskrém B*	181,86	43,51	1,41	3,75	1,01	0,26	0,00	0,11		
	Félbarna kenyér	406,30	97,20	3,46	0,46	0,11	19,32	0,36	0,58		
	Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00		
T	Gyümölcsle 100%-os	320,89	76,77	0,98	0,27	0,00	16,35	0,00	0,00		
E	Húsfelfújt bölcsi	668,56	159,94	7,85	11,65	4,62	5,89	0,00	0,12		
	Tört burgonya bölcsi*	470,34	112,52	3,00	0,24	0,03	24,00	0,00	0,26		





2025. 02. 21. péntek (00480) Gyermek (1-3 évi)	E	Párolt káposztaB*	220,43	52,73	1,90	1,19	0,14	8,23	1,50	0,04	
	U	Zebrarúd	598,58	143,20	3,44	3,46	1,34	25,01	3,94	0,30	
		Joghurt ital 100g 1% zsírt.	313,50	75,00	2,80	0,80	0,50	13,20	12,80	0,10	
		Összesen:	3 596,55	860,41	30,24	26,11	10,04	122,02	18,60	1,68	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

