



Tételes étlap 2026.05.11. - 2026.05.17.													
	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
2026. 05. 11. hétfő	(00480) Gyermekek	R	Tej	395,14	94,53	4,76	5,04	2,74	7,42	0,00	0,16	7	
			Delma multivitamin	132,80	31,77	0,01	3,50	0,95	0,02	0,00	0,05		
			Molnárka	516,84	123,65	3,69	3,30	1,36	19,66	1,79	0,41	1,3,7	
		T	Happy day 100% gyümölcslé	317,73	76,01	0,09	0,00	0,00	18,20	0,00	0,01		
		E	Vöröslencse vagdalt	612,02	146,41	7,13	6,08	0,99	16,06	0,16	0,73	1,3	
			Fetás cukkinifőzelék	879,55	210,42	7,13	12,87	4,84	16,05	0,00	1,01	1,7	
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		U	Gyümölcstea	36,59	8,75	0,01	0,00	0,00	2,12	2,00	0,00		
			Pikáns tonhalkrém	343,17	82,10	2,81	7,17	2,36	1,46	0,00	0,27	3,4,7,10	
			Kukoricás kenyér	378,38	90,52	3,43	0,35	0,11	18,31	1,09	0,70	1	
			Kápia paprika	25,16	6,02	0,24	0,04	0,00	1,08	0,00	0,00		
			Összesen:	3 782,79	904,97	29,70	38,75	13,35	107,38	5,04	3,35		
2026. 05. 12. kedd	(00480) Gyermekek	R	Tejeskávé	281,82	67,42	3,77	3,08	1,67	6,08	0,00	0,13	1,7	
			Natúr vajkrém	317,52	75,96	0,50	8,00	3,87	0,40	0,00	0,00	7	
			Teljes kiőrlésű kifli	210,72	50,41	2,14	0,31	0,03	9,71	0,00	0,22	1,7	
			Kígyóuborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
		T	Citrusos limonádé	235,18	56,26	0,52	0,22	0,00	12,03	5,00	0,01		
		E	Csorbaleves	576,59	137,94	11,83	4,32	1,48	12,61	0,00	1,12	1,3,7,9	
			Almás-mákos kevert	1 024,96	245,21	6,32	9,54	2,10	33,75	15,98	0,07	1,3,7	
		U	Gyümölcstea	36,59	8,75	0,01	0,00	0,00	2,12	2,00	0,00		
			Eidami sajt	294,84	70,54	5,24	5,32	3,38	0,34	0,00	0,40	7	
			Delma multivitamin	132,80	31,77	0,01	3,50	0,95	0,02	0,00	0,05		
			Félbarna kenyér	432,43	103,45	3,92	0,40	0,12	20,92	0,00	0,80	1	
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
			Összesen:	3 571,59	854,44	34,66	34,75	13,61	99,12	22,98	2,81		





2026. 05. 13. szerda	(00480) Gyermekek	R	Gyümölcstea	36,59	8,75	0,01	0,00	0,00	2,12	2,00	0,00		
			Házi csirkemájkrém	214,60	51,34	3,11	3,79	0,62	1,14	0,00	0,25	3,10	
			Kukoricás kenyér	432,43	103,45	3,92	0,40	0,12	20,92	1,24	0,80	1	
			Hónapos retek	6,09	1,46	0,12	0,01	0,00	0,22	0,00	0,02		
		T	Meggyes limonádé	238,35	57,02	0,52	0,36	0,00	11,83	5,00	0,01		
		E	Nyírségi rakottas	1 191,36	285,01	13,08	15,41	6,53	22,60	0,00	0,79	7,(1)	
			Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
		U	Kakaó	678,25	162,26	6,99	7,42	4,04	16,70	5,99	0,23	7,(1)	
			Delma multivitamin	132,80	31,77	0,01	3,50	0,95	0,02	0,00	0,05		
			Kifli	268,48	64,23	2,84	1,30	0,75	10,23	0,00	0,38	1,7	
			Összesen:	3 637,72	870,26	31,90	32,29	13,01	109,98	14,23	2,59		
2026. 05. 14. csütörtök	(00480) Gyermekek	R	Gyümölcstea	36,59	8,75	0,01	0,00	0,00	2,12	2,00	0,00		
			Tavaszi tojáskrém	164,87	39,44	1,44	3,20	0,75	1,32	0,00	0,36	3,7,10,(1)	
			Teljes kiőrlésű kenyér	327,99	78,47	2,86	0,44	0,03	15,68	0,00	0,33	1	
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
		T	Lime-mentás limonádé	99,18	23,73	0,06	0,06	0,00	5,60	5,00	0,00		
		E	Tejszínes kukoricás csirkeragu	1 055,12	252,42	15,55	11,46	3,43	21,45	0,00	0,79	1,7,10	
			Bulgur	572,40	136,94	4,92	0,53	0,09	30,35	0,00	0,02	1	
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		U	Tej	366,91	87,78	4,42	4,68	2,54	6,89	0,00	0,15	7	
			Kockasajt	251,83	60,25	3,34	5,00	2,97	0,40	0,00	0,56	7,(1)	
			Delma multivitamin	132,80	31,77	0,01	3,50	0,95	0,02	0,00	0,05		
			Félbarna kenyér	432,43	103,45	3,92	0,40	0,12	20,92	0,00	0,80	1	
			Kígyóuborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
			Összesen:	3 613,67	864,52	37,33	29,73	10,89	112,89	7,00	3,08		





2026. 05. 15. péntek	(00480) Gyermekek	R	Gyümölcstea	36,59	8,75	0,01	0,00	0,00	2,12	2,00	0,00		
			eFeF csirkemell sonka	46,20	11,05	1,70	0,28	0,09	0,42	0,00	0,21		
			Delma multivitamin	132,80	31,77	0,01	3,50	0,95	0,02	0,00	0,05		
			Burgonyás kenyér	433,60	103,73	4,00	1,00	0,24	19,56	0,00	0,79	1	
			Zöldpaprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
		T	Happy day 100% gyümölcslé	317,73	76,01	0,09	0,00	0,00	18,20	0,00	0,01		
		E	Olaszos pulykavagdalt	576,52	137,92	11,48	6,31	2,05	8,77	0,00	0,89	1,3,7	
			Burgonyapüré	926,34	221,61	5,31	8,94	2,84	29,22	0,00	0,18	7	
			Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
		U	Tej	479,81	114,79	5,78	6,12	3,32	9,01	0,00	0,19	7	
			Áfonya lekvár	20,31	4,86	0,01	0,00	0,00	1,19	1,19	0,00	(12)	
			Delma multivitamin	132,80	31,77	0,01	3,50	0,95	0,02	0,00	0,05		
			Zsemle	308,34	73,77	2,54	0,19	0,07	15,39	0,00	0,43	1	
			Összesen:	3 648,93	872,94	31,58	30,20	10,51	116,52	3,19	2,81		

Molnár-Kötél Dorottya
Élelmezésvezető

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

