



Tételes étlap 2026.04.27. - 2026.05.03.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 04. 27. hétfő	(00480) Gyermekek	R	Vaníliás tej	545,88	130,59	5,78	4,76	2,58	16,00	7,19	0,19		
			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		
		T	Happy day 100% gyümölcsle	317,73	76,01	0,09	0,00	0,00	18,20	0,00	0,01		
		E	Sajtpuffancs	492,30	117,77	5,05	7,50	3,16	7,39	0,00	0,69		
			Sárgarépa főzelék	801,88	191,84	4,26	8,47	2,60	24,11	5,00	1,11		
			Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
		U	Gyümölcstea	36,59	8,75	0,01	0,00	0,00	2,12	2,00	0,00		
			Körözött	109,82	26,27	2,82	1,07	0,58	1,31	0,00	0,04		
			Félbarna kenyér	432,43	103,45	3,92	0,40	0,12	20,92	0,00	0,80		
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
			Összesen:	3 634,85	869,57	25,98	26,03	10,07	130,46	14,19	3,38		
2026. 04. 28. kedd	(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		
			Teljes kiőrlésű kenyér	327,99	78,47	2,86	0,44	0,03	15,68	0,00	0,33		





2026. 04. 28. kedd	(00480) Gyermekek	R	Hónapos retek	6,09	1,46	0,12	0,01	0,00	0,22	0,00	0,02		
		T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		E	Csirke húsgombóclevés	550,21	131,63	11,41	2,77	0,57	14,97	0,00	0,41	  	
			Bólyi túrós lepény	1 110,31	265,62	10,84	9,98	0,00	32,80	0,00	0,00	  	
		U	Tej	564,48	135,04	6,80	7,20	3,91	10,60	0,00	0,23		
			Magyaros vajkrém	190,51	45,58	0,30	4,80	2,32	0,24	0,00	0,00		
			Baguette 400 g	363,70	87,01	2,76	1,12	0,23	16,35	1,49	0,83	 	
			Kígyóuborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
			Összesen:	3 484,12	833,52	37,41	30,52	8,10	100,76	3,49	2,10		
2026. 04. 29. 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	0,00	1,14	0,00	0,00	 	
			Burgonyás kenyér	433,60	103,73	4,00	1,00	0,24	19,56	0,00	0,79		
			Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
		T	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
		E	Tejszínes mexikói csirkeragu	659,49	157,77	11,39	8,43	2,58	8,83	0,00	0,13	 	
			Bulgur	572,40	136,94	4,92	0,53	0,09	30,35	0,00	0,02		
			Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
		U	Tej	282,24	67,52	3,40	3,60	1,96	5,30	0,00	0,11		





2026. 04. 29. szerda	(00480) Gyermekek	U	Eidami sajt	294,84	70,54	5,24	5,32	3,38	0,34	0,00	0,40		
			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		
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
			Összesen:	3 763,38	900,32	38,10	27,07	9,34	126,79	2,00	2,37		
2026. 04. 30. csütörtök	(00480) Gyermekek	R	Gyümölcstea	36,59	8,75	0,01	0,00	0,00	2,12	2,00	0,00		
			Fetás túrókrém	133,25	31,88	2,61	1,78	0,65	1,31	0,00	0,22		
			Teljes kiőrlésű kenyér	327,99	78,47	2,86	0,44	0,03	15,68	0,00	0,33		
			Hónapos retek	6,09	1,46	0,12	0,01	0,00	0,22	0,00	0,02		
		T	Kivi	254,56	60,90	1,00	0,60	0,00	11,30	0,00	0,01		
		E	Pulyka vadasan	874,62	209,24	9,80	11,61	2,98	15,84	4,00	0,93		
			Főtt durum tészta	631,98	151,19	5,25	3,05	0,62	25,51	0,00	0,84		
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		U	Kakaó	480,69	115,00	4,61	4,90	2,67	12,99	5,99	0,15		
			Kalács	476,52	114,00	3,76	0,92	1,73	22,00	3,05	0,42		
			Delma multivitamin	132,80	31,77	0,01	3,50	0,95	0,02	0,00	0,05		
			Összesen:	3 500,50	837,45	30,43	27,21	9,63	113,99	15,04	2,98		





Molnár-Kötél Dorottya
Élelmezésvezető

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

