

2026. június 01. – június 05.

































Étlap








23. hét

Étkezések	Hétfő 01.	Kedd 02.	Szerda 03.	Csütörtök 04.	Péntek 05.
Reggeli	Tej Delma margarin Félbarna kenyér Lilahagyma	Tej Főtt tojás Delma margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom	Tej Zala felvágott Liga margarin Szabolcsi kenyér Paradicsom	Tej Mézes vajás Szabolcsi kenyér	Gyümölcstea Sajtkrém Burgonyás kenyér Kaliforniai paprika
Tízórai	Multivitaminos gyümölcslé (100%)	Limonádé	Gyümölcstea	Alma ivólé 100%	Ananász ivólé (100%)
Ebéd I.	Halás bulgurrizottó Alma	Pulykapörkölt Vöröslencse főzelék Banán	Gulyásleves Barackos-mákos sütemény	Húsgombóc paradicsommártásban Alma	Szárnyas vagdaltszelet Sárgarépa főzelék Alma
Ebéd II. csecsemő	Párolt darált halfilé Zöldborsófőzelék Burgonyapüré Reszelt alma	Párolt darált pulykamell Zöldbabfőzelék Burgonyapüré Banánpép	Párolt darált sertéscomb Petrezselyem főzelék Burgonyapüré Banánpép	Párolt darált sertéscomb Paradicsommártás Burgonyapüré Reszelt alma	Párolt darált csirkehús Sárgarépa főzelék Burgonyapüré Reszelt alma
Uzsonna	Karamellás tej Fejedelem sonka Liga margarin Burgonyás kenyér Paprika	Tej Kakaós gabonapehely	Tej Sajtos brokkolikrém Félbarna kenyér	Tej Házi májkrém Teljes kiőrlésű kenyér Uborka	Tej Kakaós csiga







Egy év alatti csecsemőknek, tízóraitra gyümölcspépet,
reggelire és uzsonnára életkortól függően tejpépet vagy aprítást biztosítunk!

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

Étel neve	Energia	Cukor	Só	Szénhidrát	Fehérje	Zsír/telített	Allergének
2026.06.01.							
Kenyér félbarna *01	100,1Kcal	0,4g	0,6g	19,2g	3,36g	0,52g/0g	
Lilahagyma	6,02Kcal	0g	0g	1,24g	0,18g	0,01g/0g	
Margarin delma csészés	27,65Kcal	0g	0,04g	0,04g	0,04g	3,12g/0,8g	
Tej pasztőrözött 2,8% *07	72,08Kcal	5,98g	0g	5,98g	3,77g	3,64g/0g	
Multivitaminos gyümölcslé (100%)	59,08Kcal	12g	0g	13,2g	0,48g	0,48g/0g	
Alma	41,68Kcal	8,31g	0g	11,04g	0,21g	0,14g/0,02	
Halas bulgur rizottó 0. *01,04,07	234,54Kcal	0,92g	0,57g	26,29g	15,96g	7,8g/2,3g	  
Felv fejedelem sonka(Kedvenc ízek)	14,66Kcal	0,07g	0,36g	0,18g	2,55g	0,4g/0,09g	
Karamellás tej 0. *07	95,19Kcal	9,9g	0g	9,9g	4,35g	4,2g/0g	
Kenyér burgonyás *01,12	105,35Kcal	0,4g	0,48g	21,2g	3,44g	0,36g/0,12	 
Margarin liga csészés 20% zsír	14,15Kcal	0g	0,06g	0g	0g	1,6g/0,48g	
Paprika TV	4,02Kcal	0g	0g	0,6g	0,24g	0,06g/0g	
Étkezés összesen:	774,52Kcal	37,99g	2,11g	108,88g	34,58g	22,33g/3,8	
2026.06.02.							
Főtt kemény tojás 0. *03	55,74Kcal	0g	0,12g	0,2g	4,56g	4,05g/0g	
Kenyér teljes kiőrlésű *01	105,26Kcal	0,32g	0,64g	18g	4,8g	0,76g/0,24	
Margarin delma csészés	34,56Kcal	0g	0,05g	0,05g	0,05g	3,9g/1g	
Paradicsom	4,4Kcal	0g	0,00g	0,8g	0,2g	0,04g/0g	
Tej 0. *07	72,08Kcal	5,98g	0g	5,98g	3,77g	3,64g/0g	
Limonádé 0.	22,78Kcal	5,19g	0g	5,21g	0,04g	0,05g/0g	
Banán =	95,84Kcal	0g	0,06g	21g	1,3g	0,1g/0g	
Pulykapörkölt 0.	125,49Kcal	0g	1,07g	2,6g	13,36g	6,36g/0,5g	  
Vöröslencse főzelék 0. *01,07,10	262,36Kcal	1,04g	0,83g	34,67g	14,6g	7,17g/0,45	  
Csokis gabonapehely/golyó *01,06	80,31Kcal	6,66g	0,06g	16,8g	1,16g	0,7g/0,16g	  
Tej 0. *07	72,08Kcal	5,98g	0g	5,98g	3,77g	3,64g/0g	
Étkezés összesen:	930,9Kcal	25,17g	2,83g	111,29g	47,6g	30,41g/2,3	
2026.06.03.							
Felv zala (Kométa)	38,34Kcal	0,04g	0,31g	0,3g	2,6g	3g/1,08g	
Kenyér szabolcsi *01	104,78Kcal	0,36g	0,52g	20,4g	3,96g	0,4g/0g	
Margarin liga csészés 20% zsír	17,69Kcal	0g	0,08g	0g	0g	2g/0,6g	
Paradicsom	4,4Kcal	0g	0,00g	0,8g	0,2g	0,04g/0g	
Tej 0. *07	72,08Kcal	5,98g	0g	5,98g	3,77g	3,64g/0g	
Tea 0.	23,14Kcal	5,19g	0g	5,21g	0,11g	0,07g/0g	
Barackos-mákos sütemény 0. *1,3,7	283,1Kcal	17,31g	0,08g	33,08g	6,53g	14,29g/4,0	  
Gulyás leves nokedlivel 0. *01,03,09	198,82Kcal	3,06g	1,01g	20,92g	11,27g	7,26g/0,4g	  
Kenyér félbarna *01	100,1Kcal	0,4g	0,6g	19,2g	3,36g	0,52g/0g	
Sajtos brokkolikrém 0. *07	23,68Kcal	0,67g	0,17g	1,13g	0,88g	1,46g/0,91	
Tej pasztőrözött 2,8% *07	72,08Kcal	5,98g	0g	5,98g	3,77g	3,64g/0g	
Étkezés összesen:	938,21Kcal	38,99g	2,77g	113g	36,46g	36,32g/7,0	
2026.06.04.							

Étel neve	Energia	Cukor	Só	Szénhidrát	Fehérje	Zsír/telített	Allergének
Kenyér szabolcsi *01	104,78Kcal	0,36g	0,52g	20,4g	3,96g	0,4g/0g	
Mézes vaj 0. *07	73,5Kcal	4,07g	0g	4,09g	0,05g	6,56g/4,16g	
Tej 0. *07	72,08Kcal	5,98g	0g	5,98g	3,77g	3,64g/0g	
Alma ivólé 100%	38,15Kcal	12g	0g	13,2g	0,48g	0,48g/0g	
Alma	41,68Kcal	8,31g	0g	11,04g	0,21g	0,14g/0,02g	
Paradicsomos húsgombóc	284,54Kcal	7g	0,25g	33,94g	15,45g	9,15g/0,4g	
Házi májkrém 0. *10	40,06Kcal	0,04g	0,14g	1,14g	3,17g	2,55g/0,5g	
Kenyér teljes kiőrlésű *01	105,26Kcal	0,32g	0,64g	18g	4,8g	0,76g/0,24g	
Tej pasztőrözött 2,8% *07	72,08Kcal	5,98g	0g	5,98g	3,77g	3,64g/0g	
Uborka	2,39Kcal	0g	0,00g	0,34g	0,2g	0,02g/0g	
Étkezés összesen:	834,52Kcal	44,07g	1,56g	114,12g	35,86g	27,33g/5,3g	

2026.06.05.

Kenyér burgonyás *01,12	105,35Kcal	0,4g	0,48g	21,2g	3,44g	0,36g/0,12g	
Paprika kaliforniai	6,21Kcal	0g	0g	1,2g	0,2g	0,06g/0g	
Sajt krémsajt * 07	36,23Kcal	0,96g	0,14g	1,14g	1,66g	2,8g/1,8g	
Tea 0.	23,14Kcal	5,19g	0g	5,21g	0,11g	0,07g/0g	
Ananász ivólé 100%	65,11Kcal	14,4g	0g	14,4g	0g	0,48g/0g	
Alma	41,68Kcal	8,31g	0g	11,04g	0,21g	0,14g/0,02g	
Sárgarépafozelék 0. *01,07	109,96Kcal	7,8g	0,68g	18,99g	3,26g	2,44g/0g	
Szárnyas vagdalt 0. *01,03	128,11Kcal	0,09g	0,57g	8,69g	11,26g	4,93g/0,17g	
Kakaós csiga (100 gr) *01,07	256,93Kcal	5,2g	0g	30g	3,8g	12,2g/0g	
Tej pasztőrözött 2,8% *07	72,08Kcal	5,98g	0g	5,98g	3,77g	3,64g/0g	
Étkezés összesen:	844,8Kcal	48,33g	1,87g	117,85g	27,71g	27,12g/2,1g	

Összesítés:

Sorok száma: 54

Jó étvágyat kívánunk!