



Tételes étlap 2026.03.02. - 2026.03.08.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 03. 02. hétfő	(00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 7-10 év	T	Zala felvágott	273,37	65,40	3,90	5,40	2,22	0,33	0,00	0,66		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
		E	Gulyásleves I*	831,65	198,96	13,86	8,42	2,03	16,37	0,00	0,69		
			Tejbeköles, I* tej-gluténm.	1 421,47	340,06	4,68	3,47	0,63	71,99	34,97	0,31		
			Kakaós porcukor sulí*	401,04	95,94	1,05	0,75	0,34	20,44	19,98	0,12		
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		U	Gluténmentes pizzás csiga	869,44	208,00	1,20	4,30	1,90	41,30	3,40	0,10		
			Összesen:	5 287,87	1 265,04	31,88	37,78	11,15	195,79	60,27	2,88		





2026. 03. 03. kedd (00547)	Tej-toj.-marhahús-mogyoróm.7-10 év	T	EUROFOUD májkrém sertés 50 gr	689,70	165,00	4,45	16,10	6,10	0,60	0,00	0,75		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Póréhagyma	46,24	11,06	0,66	0,09	0,00	1,89	0,00	0,00		
		E	Erdei gyümölcsleves I*	407,31	97,44	0,66	0,31	0,01	22,65	9,69	0,01		
			Zöldborsós csirkemellcsíkok*TM	813,84	194,70	23,33	6,63	0,84	10,11	0,00	1,34		
			Bulgur köret I*TM	1 568,57	375,26	11,06	8,62	1,05	68,28	0,00	0,63		
		U	Sonkaszalámi	109,10	26,10	3,36	0,84	0,33	1,29	0,15	0,84		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Összesen:	5 619,62	1 344,41	56,06	48,21	12,59	173,44	13,60	5,31		
2026. 03. 04. szerda (00547)	Tej-toj.-marhahús-mogyoróm.7-10 év	T	Fekete áfonya dzsem	304,66	72,89	0,08	0,00	0,00	17,91	17,91	0,01		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		E	Karfiolkremleves mir. isk*T.M.	515,10	123,23	3,53	7,17	0,81	10,98	0,80	0,82		
			Natúr sertés szelet I*menza	929,15	222,29	17,88	13,99	3,16	5,96	0,00	0,66		
			Burgonyapüré I* T.M.	1 214,49	290,55	5,80	6,80	1,67	50,34	3,23	0,89		
			Őszibarackbefőtt, hámozott	293,63	70,25	0,40	0,00	0,00	16,96	16,96	0,00		
		U	Puffasztott rizs	806,74	193,00	4,10	1,05	0,25	41,20	0,90	0,00		



2026. 03. 05. csütörtök (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 7-10 év	2026. 03. 04 (00547)	U	Kiwi	381,83	91,35	1,50	0,90	0,00	16,95	0,00	0,02		
			Összesen:	5 172,42	1 237,44	39,54	30,72	6,12	194,57	41,64	3,17		
	T		Párizsi sertés	294,69	70,50	3,00	6,33	2,16	0,66	0,15	0,60		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	      	
			TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
		E	Húsleves I** G.M.	230,52	55,15	1,66	0,36	0,00	11,06	0,00	0,98		
			Főtt hús I*	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
			Paradicsomos káposzta I*	790,49	167,21	5,55	5,33	0,59	29,02	5,99	0,95		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	      	
		U	Sós pereg*diétás	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Összesen:	3 990,83	926,97	44,11	35,83	9,90	110,66	9,90	4,48		





2026. 03. 06. péntek (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 7-10 év	T	Szendvicskrém, vegán (diétás)	204,82	49,00	0,20	4,80	4,20	1,28	0,00	0,28		
		Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00		
	E	Sárgaborsó leves puly I* diéta	1 091,19	261,05	17,04	10,02	2,00	25,34	0,00	1,59		
		Gluténmentes almás táska	2 358,36	564,20	4,42	27,82	14,82	74,10	8,32	0,52		
	U	Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
		Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
		Összesen:	5 722,32	1 368,98	29,50	47,84	22,94	203,90	11,41	4,36		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

