



Tételes étlap 2026.03.02. - 2026.03.08.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 03. 02. hétfő	(00494) Sertéshús mentes 4-6 év	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
			EUROFOOD baromfikrém csirkemáj	210,25	50,30	3,37	3,28	0,98	1,64	0,00	0,24		
			Kenyér teljes kiőrlésű, szel.	388,16	92,86	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,39		
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
		E	Gulyásleves marhahússal O*	360,86	86,33	1,65	4,09	0,53	10,66	0,18	0,81		
			Tejbeköles O*	872,16	208,65	7,96	3,43	1,52	36,36	6,49	0,20		
			Kakaós porcukor ovi*	324,54	77,64	0,63	0,45	0,20	17,26	16,98	0,07		
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		U	Pogácsa leveles 100g	1 621,84	388,00	8,84	10,75	7,25	45,09	5,08	1,64		
			Összesen:	4 085,96	977,50	27,49	22,95	10,52	145,34	36,94	3,50		
2026. 03. 03. kedd	(00494) Sertéshús mentes 4-6 év	T	Tejeskávét ovi	456,91	109,31	6,82	3,00	1,63	13,75	3,00	0,27		
			Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,00	0,52		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		E	Erdei gyümölcsleves O*	305,41	73,06	0,50	0,23	0,00	16,98	7,27	0,01		
			Zöldborsós csirkemellcsíkok Ó.	778,15	186,16	20,61	7,94	2,14	7,79	0,78	0,95		





2026. 03. 03. kedd (00494)	Sertéshús mentes 4	E	Bulgur köret O*	1 038,29	248,39	7,40	5,46	0,67	45,72	0,01	0,32		
		U	Túrókrém bazsalikomos O*	159,04	38,05	3,43	2,24	1,47	0,98	1,04	0,23		
			Kifli, magvas 50g	217,00	51,91	1,30	0,68	0,00	9,66	0,00	0,00		
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
			Összesen:	4 168,56	997,25	50,24	31,06	9,04	130,17	14,00	3,22		
2026. 03. 04. szerda (00494)	Sertéshús mentes 4-6 év	T	Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			Fekete áfonya dzsem	203,11	48,59	0,05	0,00	0,00	11,94	11,94	0,00		
			Kukoricás kenyér	543,40	130,00	4,54	0,57	0,15	25,97	0,67	0,70		
		E	Karfiolkrémleves mir. ovi	506,65	121,21	3,50	7,98	1,92	8,71	0,66	0,84		
			Pírtott zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Itáliai rántott szelet O*serté	1 041,72	249,21	18,97	11,27	1,50	17,69	0,06	1,37		
			Burgonyapüré O*	848,98	203,10	6,20	3,91	1,76	35,79	0,00	0,49		
			Őszibarackbefőtt, hámozott	220,22	52,68	0,30	0,00	0,00	12,72	12,72	0,00		
		U	Mákos madárka 60g	895,36	214,20	6,16	2,92	1,63	36,27	6,21	0,58		
			Kiwi	254,56	60,90	1,00	0,60	0,00	11,30	0,00	0,01		
			Összesen:	4 917,79	1 176,49	47,52	30,25	8,59	170,99	32,26	4,26		





2026. 03. 05. csütörtök (00494) Sertéshús mentes 4-6 év												
T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13	 		
	Pulykamell sonka	90,29	21,60	2,40	1,00	0,32	0,52	0,26	0,44			
	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09			
	Zsemle rozsos 60g	1 060,05	253,60	8,75	1,40	0,41	49,28	0,87	1,18	        		
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
	E Húsleves hús nélküli O**	267,22	63,93	2,69	1,58	0,19	9,54	0,00	0,35	 		
	Natúr Csirkemell ovi tojás	669,71	160,22	18,24	7,27	0,91	5,28	0,00	0,92			
	Paradicsomos káposzta O*	625,68	133,26	4,52	4,27	0,47	22,72	4,00	0,76			
	Kenyér teljes kiőrlésű, szel.	291,12	69,65	2,78	0,37	0,02	14,07	0,00	0,29	 		
	U Fonott kalács	754,49	180,50	5,24	2,44	1,55	30,15	3,82	0,37	        		
Összesen:		4 087,74	957,59	45,60	22,18	4,93	140,40	17,16	4,53			
2026. 03. 06. péntek (00494) Sertéshús mentes 4-6 év												
T	Kakaó ovi	636,99	152,39	7,85	3,75	1,97	21,05	9,99	0,38	 		
	Vajkrém natúr, 20% zsírt.	135,43	32,40	0,75	3,00	1,95	0,60	0,03	0,14			
	Kornspitz 70g	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23	        		
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00			
E	Sárgaborsó leves pulyka O*	811,68	194,18	11,52	7,10	1,25	20,76	0,00	0,67	 		





2026. 03. 06. péntek	(00494) Sertéshús mentés 1. á. á. v.	E	Túrós derelye* ovi	1 589,41	380,24	13,56	6,21	0,53	65,59	0,00	1,16		
			Vaníliás tejföl O*	344,46	82,41	1,62	7,20	4,50	2,48	3,08	0,06	 	
		U	Pogácsa sajtos 80 gr	1 364,35	326,40	6,80	8,26	6,17	39,76	6,60	0,46	        	
			Összesen:	5 958,55	1 425,49	53,05	40,94	18,64	188,06	20,64	5,10		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

