



Tételes étlap 2026.03.09. - 2026.03.15.

	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. 09. hétfő (00533)	Törökmogyoró mentes 7-10 év	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		
		E	Palócleves mir I*sertésTM	885,66	211,88	8,11	13,83	3,41	13,33	0,00	1,48		
			Darás metélt I*	1 920,63	459,48	13,70	8,29	1,07	81,98	5,99	0,93		
		U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
			Összesen:	4 879,02	1 167,23	32,55	54,90	20,60	135,60	11,17	4,09		
2026. 03. 10. kedd (00533)	Törökmogyoró mentes 7-10 év	T	Szel.Trap.sajt, zsíros	466,33	111,56	8,31	8,43	5,36	0,48	0,00	0,73		
			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	Zöldségleves sulj*tej-tojás m.	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33		
			Grill virsli I* diéta	1 109,69	265,48	12,50	23,71	8,08	0,20	0,00	2,50		
			Parajfőzelék sulj* T.M.	775,78	185,59	5,94	8,80	0,94	20,44	3,20	0,88		
			Tört burgonya fél adag isi*	393,82	94,22	2,75	0,22	0,02	20,24	0,00	1,19		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		





2026. 03. 10. kedd	(00533) Törökmogyoró mentes 7-10 év	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:	6 492,04	1 553,13	54,56	76,53	23,45	156,80	9,03	10,19		
2026. 03. 11. szerda	(00533) Törökmogyoró mentes 7-10 év	T	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		
			Sárgarépa friss	50,44	12,07	0,36	0,06	0,01	2,43	0,00	0,09		
		E	Paradicsom leves I*T.T.M.	784,00	187,56	3,12	7,96	0,87	25,53	7,99	1,25		
			Brokkoli-srúpás csirkeragu ITM	659,86	157,86	20,99	5,64	2,00	5,58	0,08	1,98		
			Petrezselymes rizsköret I*	1 408,85	337,05	6,49	6,74	0,78	62,20	0,10	0,80		
		U	Gluténmentes pizzás csiga	869,44	208,00	1,20	4,30	1,90	41,30	3,40	0,10		
			Összesen:	5 030,63	1 203,51	38,45	39,51	9,59	171,39	13,49	5,19		





2026. 03. 12. csütörtök (00533) Törökmogyoró mentes 7-10 év											
T	Szendvicsskrém, 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		
	Póréhagyma	46,24	11,06	0,66	0,09	0,00	1,89	0,00	0,00		
	E	Zellerkrémleves mir. iskT.M.	479,97	114,83	2,16	7,46	0,90	9,38	1,22	1,07	



2026.	03. 13.	(00533	)	U	Gluténmentes kakaós csiga 100g	1 132,78	271,00	1,30	10,00	4,30	44,00	6,80	0,04		
					Összesen:	5 541,94	1 321,06	44,35	56,15	15,27	163,49	8,72	3,80		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

