



Tételes étlap 2026.03.09. - 2026.03.15.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 03. 09. hétfő	(00472) Tej-tojás-szójamentes 1-3 év	R	Kókuszital	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
			Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,04	0,10		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		T	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
		E	Tárkonyos raguleves bT.M.	482,22	115,36	8,20	5,81	1,26	7,33	0,00	0,72		
			Tejbeköles, Kakaós pc B* TM.	928,28	222,08	3,61	2,76	0,54	45,33	17,48	0,22		
			Kakaós porcukor bölcsei*	244,33	58,45	0,42	0,30	0,14	13,17	12,99	0,05		
		U	Májpástétom bölcsei T.M.	436,75	104,49	3,42	9,61	2,36	0,96	0,04	1,12		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Retek - piros	1,22	0,29	0,02	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00		
			Összesen:	5 293,89	970,78	34,06	59,86	35,25	148,99	34,33	4,37		





2026. 03. 10. kedd (00472) Tej-tojás-szójamentes 1-3 év											
R	Csipkebogyótea bölcsi	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00		
	Harcspástétom 50g	279,22	66,80	0,00	6,08	0,82	1,18	0,04	0,26		
	Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
	T Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
	E Sült virsli bölcsi	577,59	138,18	6,00	12,78	3,32	0,05	0,00	0,95		
	Cukkinis sárgarépa főz *B.T.M.	482,34	115,39	3,26	3,52	0,37	17,35	0,80	0,81		
	U Csicszeriborsókrém B*	82,56	19,75	1,07	0,46	0,04	2,27	0,00	0,41		
	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		
Összesen:		3 540,35	846,97	24,84	36,24	14,96	102,36	12,63	4,08		
2026. 03. 11. szerda (00472) Tej-tojás-szójamentes 1-3 év											
R	Kókuszital	1 236,00	0,00	3,03	31,99	28,37	4,21	0,00	0,04		
	EUROFOOD baromfikrém csirkemáj	210,25	50,30	3,36	3,27	0,97	1,64	0,00	0,24		
	Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
T	Banán	438,77	104,96	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,05		
E	Zöldséges csirkemell bölcsi	538,62	128,86	14,02	5,28	0,66	6,08	0,00	1,14		
	Párolt rizs B*	901,77	215,73	4,02	4,79	0,56	38,87	0,00	0,50		





2026. 03. 11. szerda	(00472) Tej-tojás- szójamentes 1	U	Szendvicskrém, vegán (diétás)	153,61	36,75	0,15	3,60	3,15	0,96	0,00	0,21		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Újhagyma	1,08	0,25	0,01	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00		
			Összesen:	4 933,74	884,61	38,39	50,65	34,17	144,55	3,68	3,72		
	(00472) Tej-tojás-szójamentes 1-3 év	R	Fahéjas karamellás tej B. TM	518,66	124,08	0,72	1,91	0,24	25,85	17,98	0,00		
			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		
		T	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
		E	Fűszeres cs.mellcsíkok B* T.M.	425,34	101,76	12,51	5,16	0,65	1,21	0,00	0,88		
			Burgonyapüré bölcsi*T.M.	717,88	171,74	3,93	1,78	0,38	33,95	2,00	0,83		
			Céklás vitamin saláta B*	130,41	31,20	0,83	0,16	0,01	6,33	1,60	0,44		
		U	Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,00	0,44		
			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		
			Sárgarépa friss	50,44	12,07	0,36	0,06	0,01	2,43	0,00	0,09		
			Összesen:	4 496,95	1 075,82	33,91	35,59	8,93	150,65	25,38	4,53		





2026. 03. 13. péntek (00472)	Tej-tojás-szójamentes 1-3 év	R	Kókuszital	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
			Főtt tojás bölcsi	138,10	33,04	2,70	2,40	0,62	0,12	0,12	0,07		
			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		
		T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		E	Natúr sertés falatok bölcsi	764,37	182,86	9,29	14,77	4,58	2,97	0,00	0,48		
			Paradicsom mártás bölcsi	665,98	137,42	3,78	5,05	0,54	24,47	5,99	0,30		
			Tört burgonya féladag bölcsi	195,97	46,88	1,25	0,10	0,01	10,00	0,00	0,10		
		U	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40		
			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		
			Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
			Összesen:	5 607,49	1 023,90	35,31	81,59	41,72	118,39	10,01	3,26		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

