



Tételes étlap 2026.03.16. - 2026.03.22.													
	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. 16. hétfő (00523) Natív cukormentes 7-14 év		E	Frankfurti leves ovi*	739,53	176,92	6,76	12,61	4,39	8,99	1,30	0,94		
			Darás metélt I* diab.	1 550,92	371,03	12,55	8,82	1,18	59,92	0,00	0,91		
		Összesen:	2 290,45	547,95	19,31	21,43	5,57	68,91	1,30	1,85			
2026. 03. 17. kedd (00523) Natív cukormentes 7-14 év		E	Csontleves tésztabetéttel I*	270,40	64,69	3,19	1,40	0,20	9,81	0,00	1,14		
			Sertés pörkölt I*	1 228,92	294,00	15,45	24,81	7,40	3,62	0,68	1,18		
			Gyöngybabfőzelék I*diab.	1 360,03	325,37	18,07	6,55	0,76	48,16	0,00	1,20		
		Összesen:	2 859,35	684,06	36,71	32,76	8,36	61,59	0,68	3,52			





2026. 03. 18. szerda	2026. 03. 18. szerda (00523) Natív cukormentes 7-14 év	E	Zöldborsóleves O* T.M.	339,24	81,16	2,61	3,89	0,43	8,79	0,00	1,26	 	
			Borsos tokány (lapocka) I*	1 332,54	318,79	14,79	26,61	7,66	4,64	0,00	0,93		
			Tészta köret Farfalle I* diab.	1 088,45	260,40	10,20	5,78	0,86	41,57	0,00	1,21	 	
			Káposztasaláta isk diab.	139,75	33,43	1,68	0,23	0,03	5,86	0,00	0,73		
			Összesen:	2 899,98	693,78	29,28	36,51	8,98	60,86	0,00	4,13		
2026. 03. 19. csütörtök	2026. 03. 19. csütörtök (00523) Natív cukormentes 7-14 év	E	Csurgatott tojás leves I*	528,38	126,40	4,94	8,73	1,46	6,91	0,18	0,49	 	
			Tavaszi rizseshús (pulyka) I*	1 908,58	456,60	23,72	15,50	3,43	55,03	0,11	1,02		
			Összesen:	2 436,96	583,00	28,66	24,23	4,89	61,94	0,29	1,51		



2026. 03. 20. péntek (00523) Natív cukormentes 7-14 év	E	Ribizke leves I*diab.	613,30	146,72	1,58	1,15	0,61	16,52	1,44	0,05		
		Rántott csmell sokmagvas diab.	1 345,35	321,85	30,14	13,16	1,63	20,35	0,06	1,17		
		Burgonyapüré Karfiolos O*	654,50	156,58	4,90	3,39	1,46	26,64	0,00	0,47		
		Összesen:	2 613,15	625,15	36,62	17,70	3,70	63,51	1,50	1,69		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

