



Tételes étlap 2026.03.23. - 2026.03.29.

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. 23. hétfő (00536) Tej-tojásmentes 7-14 év	T EUROFOOD baromfikrém csirkemáj	210,25	50,30	3,37	3,28	0,98	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		
	TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	E Lencseleves húsos I*T.M.	1 127,62	269,77	17,12	8,96	1,43	29,82	0,00	1,91		
	Tejbedara szóráttal I* T.M.	1 792,70	428,88	7,28	4,08	0,84	89,12	41,96	0,19		
	Kakaós porcukor suli*	401,04	95,94	1,05	0,75	0,34	20,44	19,98	0,12		
	Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01		
	U Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
	Gyümölcslé 0,2- es 100%	192,28	46,00	0,00	0,00	0,00	11,00	10,00	0,00		
	Összesen:	5 610,65	1 336,39	37,08	22,57	5,50	241,64	75,03	4,44		
2026. 03. 24. kedd (00536) Tej-tojásmentes 7-14 év	T Soproni felvágott	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,00		
	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 suli*tej-tojásmentes.	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33		
	Paprikás sertés kocka I*	1 233,80	295,17	15,46	24,91	7,41	3,68	0,68	1,18		





2026. 03. 24. kedd												
(00536) Tej-tojásmentes 7-14 év.												
E	Tökfőzelék I* T.M.	630,90	90,21	4,27	4,09	0,42	23,82	0,80	1,05			
	Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77			
	U	Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	16,13	0,01		
		Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	Összesen:		5 525,10	1 261,08	44,23	55,69	15,04	157,76	23,21	6,09		
2026. 03. 25. szerda												
(00536) Tej-tojásmentes 7-14 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			
	Jégcsap retek	182,70	43,71	3,60	0,30	0,00	6,60	0,00	0,44			
E	Karfiol leves I* (fehér)TM	336,51	80,51	1,31	6,70	0,76	3,60	0,00	1,25			
	Hentes tokány (s.lapocka) I*	1 310,48	310,01	15,50	25,80	8,33	4,46	0,03	1,39			
	Tészta köret orsó isi*G.M.	1 164,13	278,50	1,28	4,27	0,42	58,40	0,00	0,00			
U	Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,00	0,90			
	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:		5 615,71	1 339,98	39,03	66,89	21,77	143,06	3,79	6,00		





2026. 03. 26. csütörtök												
Tej-tojásmentes 7-14 év (00536)												
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			
	Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00			
	E	Gombaleves I* magyaros D.	387,02	92,59	3,93	4,86	0,55	8,11	0,00	1,82		
		Fűszeres cs.mellcsíkok I*T.M.	710,32	169,93	20,26	8,35	1,05	3,21	0,00	1,14		
		Zelleres Burgonyap. I*G.T.M.	1 137,50	272,13	5,91	5,64	1,36	48,10	2,42	1,53		
	U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
		Összesen:	4 346,27	1 039,78	41,14	51,72	19,09	101,52	7,60	6,17		
	2026. 03. 27. péntek											
Tej-tojásmentes 7-14 év (00536)												
T	Sajt helyettesítő, szeletelt (366,17	87,60	0,15	6,90	4,80	6,30	0,00	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			
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01			
	E	Zöldborsóleves cs.májjal I*TM	788,44	188,62	14,30	7,59	1,29	15,35	0,00	1,33		
		Zöldséges combragu I*T.M.	741,91	166,54	23,18	6,20	1,40	6,96	0,00	0,99		
		Petrezselymes rizsköret I*	1 408,85	337,05	6,49	6,74	0,78	62,20	0,10	0,80		
	U	Sós percc*diétás	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Összesen:	4 578,15	1 084,31	50,71	42,27	12,30	125,67	2,02	4,70		





.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

