



Tételes étlap 2026.03.23. - 2026.03.29.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 03. 23. hétfő (00533) Törökmogyoró mentes 7-10 év	<b>T</b> 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		
	<b>E</b> 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		
	<b>U</b> 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 (00533) Törökgyőró mentes 7-10 év												
2026. 03. 25. szerda (00533) Törökgyőró mentes 7-10 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-tojás m.	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		
		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			
	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		
		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 I*	1 424,47	340,78	12,00	6,43	0,92	58,32	0,00	0,89		
	U	Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,00	0,90		





2026. 03. 25.	(00533)	Törökgyöngy	U	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:	5 876,05	1 402,26	49,75	69,05	22,27	142,98	3,79	6,89	
2026. 03. 26. csütörtök	(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	
				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

(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	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 pereg*diétás	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Összesen:		4 678,31	1 108,27	58,87	43,80	12,86	119,85	2,02	4,83	

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

