



Tételes étlap 2026.03.30. - 2026.04.05.

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. 30. hétfő (00472) Tej-tojás-szójamentes 1-3 év	R Kókusztital	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
	Barackíz	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	14,26	0,00		
	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 Vadas pulykatokány B.TM	850,65	203,51	12,83	10,29	2,18	14,48	0,60	0,33		
	Tészta kör. szarvacska B*GM	599,61	143,45	0,64	2,60	0,26	29,20	0,00	0,20		
	U Zala felvágott	182,24	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,00	0,44		
	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		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	Összesen:	5 012,35	903,43	32,52	57,33	34,65	139,80	18,58	2,68		





2026. 03. 31. kedd (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			
	Kukoricapehely (corn flakes)	326,04	78,00	1,50	0,62	0,22	16,40	6,84	0,38			
T	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01			
E	Pásztor pite B*TM	1 984,98	471,59	14,59	31,99	14,11	31,08	0,81	0,92			
	Céklasaláta, csemege szeletelt	132,69	31,74	0,66	0,05	0,00	6,96	6,95	0,62			
U	Húskrém csirke bölcsiT.M.	329,16	78,75	4,17	6,69	1,51	0,38	0,03	0,99			
	Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77			
	Póréhagyma	23,12	5,53	0,33	0,05	0,00	0,95	0,00	0,00			
	Összesen:	4 980,32	892,48	30,93	72,51	44,44	106,26	16,47	3,74			
2026. 04. 01. szerda (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			
	Szendvicsskrém, vegán (diétás)	153,62	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			
	Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
T	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11			
E	Bazsalikomos csirkemáj B*T.M.	404,92	96,87	12,01	4,55	1,14	1,88	0,00	0,59			
	Karfiolfőzelék mir. bölcsiT.M.	528,22	126,37	4,90	4,87	0,54	15,57	2,00	1,03			
U	Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11			





2026. 04. 01	00472	U	Puffasztott rizs	484,04	115,80	2,46	0,63	0,15	24,72	0,54	0,00	
			Összesen:	4 947,54	887,93	33,09	58,36	43,51	135,90	7,49	2,87	
2026. 04. 02. csütörtök	Tej-tojás-szójamentes 1-3 év (00472)	R	Tejeskávé bölcsi T.M.	362,92	86,82	0,53	1,33	0,17	18,07	12,37	0,00	
			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	
			Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03	
		T	Gyümölcslé 100%-os	320,89	76,77	0,98	0,27	0,00	16,35	0,00	0,00	
		E	Sertés aprópecs, csíki bölcsi	524,14	125,39	10,84	8,82	1,97	0,95	0,17	0,37	
			Zöldbabfőzelék bölcsi T.M.	639,69	153,04	5,34	6,12	0,63	18,70	1,00	0,99	
		U	Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01	
			Mákos puszedli*diéta	619,48	148,20	4,20	4,86	0,30	20,40	11,40	0,53	
			Összesen:	3 532,70	845,14	32,07	25,83	4,28	116,42	26,78	2,94	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

