



Tételes étlap 2026.03.30. - 2026.04.05.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 03. 30. hétfő (00494) Sertéshús mentes 4-6 év	T Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
	Fekete áfonya dzsem	203,11	48,59	0,05	0,00	0,00	11,94	11,94	0,00		
	Búzakenyér	540,06	129,20	4,60	0,58	0,15	25,68	0,00	0,78		
	E Tavaszi leves O*	322,05	77,05	2,33	3,27	0,37	9,14	0,02	0,79		
	Chilis bab O* sertésmentes	1 481,95	341,39	20,03	13,13	2,80	38,63	0,00	3,84		
	Magvas kenyér	383,10	91,65	2,82	1,47	0,12	16,20	0,00	0,51		
	Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
	U Kockasajt ízesített, félzs. 17,5	143,37	34,30	1,92	2,62	1,71	0,82	0,71	0,15		
	Kifli, korpás 50g	681,34	163,00	5,70	1,08	0,47	30,99	1,88	0,90		
Összesen:	4 346,66	1 026,73	39,49	22,29	5,63	165,84	22,76	7,16			
2026. 03. 31. kedd (00494) Sertéshús mentes 4-6 év	T Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
	Vajkrém ízesített 25% zsírt.	135,43	32,40	0,75	3,00	1,95	0,60	0,03	0,14		
	Tönköly kenyér	414,66	99,20	3,96	0,52	0,20	18,40	0,00	0,64		
	Sárgarépa friss	33,63	8,04	0,24	0,04	0,01	1,62	0,00	0,06		
	E Legényfogó leves O* sertéshúsm	447,40	107,03	8,10	4,81	1,47	7,65	0,45	0,91		
	Gránátos kocka O*	1 608,82	384,88	11,40	9,69	1,24	62,23	0,00	0,98		





2026. 03. 31. kedd											
(00494) Sertéshús mentes 1-6 év											
E	Csemege uborka	34,52	8,26	0,36	0,06	0,00	1,56	0,00	1,44		
	Csoki nyúl 40 gr	944,21	225,89	3,11	14,10	8,22	21,36	20,76	0,09		
U	Sajtos rúd 60 gr	1 391,94	333,00	6,27	18,00	6,90	33,00	1,62	2,50		
	Összesen:	5 163,52	1 235,28	34,93	50,26	20,00	154,66	31,07	6,89		
2026. 04. 01. szerda											
(00494) Sertéshús mentes 4-6 év											
T	Kakaó ovi	636,99	152,39	7,85	3,75	1,97	21,05	9,99	0,38		
	Pulykamell sonka	90,29	21,60	2,40	1,00	0,32	0,52	0,26	0,44		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
	Graham kenyér	530,02	126,80	5,73	0,84	0,22	21,51	1,52	0,60		
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
E	Tárkonyos burg.leves O*	563,29	134,76	2,42	7,21	1,55	14,69	0,52	0,64		
	Almás-fahéjas gombóc*O	363,88	87,05	1,84	2,95	0,32	13,19	0,00	0,94		
	Vaniliasodó O*	484,41	115,89	4,28	1,90	1,02	20,47	7,99	0,17		
U	Mákos madárka 60g	895,36	214,20	6,16	2,92	1,63	36,27	6,21	0,58		
	Összesen:	3 740,51	890,94	30,92	24,38	8,08	128,30	26,49	3,84		





2026. 04. 02.
csütörtök

(00494)
Sertéshús mentes 4-6 év

T	Tejeskávé ovi	456,91	109,31	6,82	3,00	1,63	13,75	3,00	0,27	 
	EUROFOOD kacsamáj krém 50g	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Kifli, tejes 44g	614,29	146,96	4,91	1,18	0,48	27,70	0,00	0,49	         
	Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03	
E	Zöldségleves ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06	
	Pulyka nuggets O*	888,49	212,56	10,80	18,23	0,85	0,18	0,00	2,25	
	Zöldbabfőzelék O*	637,10	152,42	5,43	6,64	1,93	17,29	0,87	0,62	 
	Rozsos kenyér	303,90	72,70	1,98	0,24	0,03	15,00	0,15	0,45	
U	Teljes kiörlésű pizzás csiga 1	1 613,48	386,00	8,70	15,17	10,83	31,79	3,12	0,66	         
	Összesen:	4 850,72	1 160,46	40,78	48,38	16,17	114,60	7,14	5,83	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

