



Tételes étlap 2026.04.13. - 2026.04.19.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 04. 13. 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		
	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		
	Kenyér teljes kiőrlésű, szel.	388,16	92,86	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,39		
	E Palócleves mir O*	647,38	154,88	7,64	8,68	2,71	11,16	0,86	0,66		
	Mák szórát O*	619,27	148,15	2,40	8,00	1,00	15,59	10,59	0,00		
	Mákos tészta O*	1 068,35	255,59	9,00	4,82	0,69	43,74	0,00	0,57		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	U Pizzás stangli 80g	1 193,81	285,60	9,12	5,64	3,27	43,08	3,64	1,40		
Összesen:	4 465,47	1 068,30	35,40	32,82	9,08	148,08	23,56	3,69			
2026. 04. 14. 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		
	Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,13	0,56		
	Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E Lebbencsleves O*	314,12	75,15	2,02	2,36	0,34	11,55	0,21	0,66		
	Csirke aprópecsenye O*	581,90	139,21	13,06	8,87	1,43	2,09	0,18	0,70		





2026. 04. 14. kedd (00494) Sertés hús mentes 4-6 év		2026. 04. 15. szerda (00494) Sertés hús mentes 4-6 év		2026. 04. 16. csütörtök (00494) Sertés hús mentes 4-6 év						
E	Finomfőzelék O*	757,08	181,12	8,27	5,09	0,94	25,10	1,00	0,71	
	Félbarna kenyér	406,30	97,20	3,46	0,46	0,11	19,32	0,36	0,58	
U	Csirke mell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,00	0,52	
	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09	
	Zsemle hosszú 60g	576,84	138,00	4,74	0,42	0,06	28,20	0,60	0,66	
	Összesen:	3 706,11	886,63	41,69	24,86	6,09	121,00	10,72	4,75	
T	Kakaó ovi	636,99	152,39	7,85	3,75	1,97	21,05	9,99	0,38	
	Kuglóf, kakaós	378,29	90,50	2,50	1,18	0,76	15,59	4,09	0,19	
E	Tárkonyos zöldség leves O*	283,22	67,76	2,37	3,16	0,81	7,25	0,32	0,43	
	Marokkói csirkeragu O*	574,62	134,18	14,10	6,22	1,13	5,64	0,00	0,31	
	Bulgur köret O*	1 038,29	248,39	7,40	5,46	0,67	45,72	0,01	0,32	
U	Teljes kiőrlésű sajtos pogácsa	1 377,73	329,60	8,80	19,20	6,30	30,40	1,76	1,36	
	Összesen:	4 289,14	1 022,82	43,02	38,97	11,64	125,65	16,17	2,99	
T	Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
	Harcspástétom 50g	698,06	167,00	0,00	15,20	2,05	2,95	0,10	0,65	
	Zsemle, tönköly 60g	1 083,46	259,20	9,77	2,63	0,84	44,52	1,54	1,12	
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
E	Paradicsom leves O*	484,85	94,09	2,58	4,16	0,47	16,88	5,00	0,63	





2026. 04. 16. csütörtök	Sertéshús mentes 4-6 év. (00494)	E	Gyros fűsz. csirkecomb. O*	652,04	155,99	16,00	9,58	1,65	1,25	0,00	0,77		
			Burgonyapüré O*	848,98	203,10	6,20	3,91	1,76	35,79	0,00	0,49		
			Céklasaláta, csemege szeletelt	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	8,33	0,74		
		U	Tejberizs kis poharas 150g	919,60	220,00	6,60	5,00	3,40	36,60	25,00	0,56		
			Összesen:	5 266,39	1 234,07	48,98	43,60	11,80	157,54	39,97	5,23		
2026. 04. 17. péntek	Sertéshús mentes 4-6 év. (00494)	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
			Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
			Szel. gouda sajt, zsíros (kg)	298,70	71,46	4,99	5,49	3,07	0,44	0,00	0,41		
			Graham kenyér	530,02	126,80	5,73	0,84	0,22	21,51	1,52	0,60		
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
		E	Tarhonyaleves O*	387,45	92,69	2,65	3,36	0,38	12,92	0,10	0,67		
			Sárgar.brokkolis pulykaraguO*	716,61	169,25	13,27	11,55	2,54	3,35	0,00	0,97		
			Párolt rizs (jázmin) O*	1 079,15	258,17	4,80	5,75	0,67	46,50	0,07	0,45		
			Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
		U	Grissini 65g	1 051,48	251,55	5,99	7,00	3,78	31,88	2,97	1,85		
	Összesen:	4 559,15	1 088,51	38,97	38,00	11,72	133,68	12,87	5,19				





.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

