



Tételes étlap 2026.04.20. - 2026.04.26.

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. 04. 20. hétfő (00536) Tej-tojásmentes 7-14 év	T Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
	Sajt helyettesítő, szeletelt (366,17	87,60	0,15	6,90	4,80	6,30	0,00	0,60		
	Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	E Fejtett bableves I*TM	2 359,15	564,39	21,68	41,70	21,36	24,82	0,00	0,88		
	Gluténmentes pizzás csiga	1 738,88	416,00	2,40	8,60	3,80	82,60	6,80	0,20		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	U Sonkaszalámi	109,10	26,10	3,36	0,84	0,33	1,29	0,15	0,84		
	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:	7 307,50	1 748,21	40,77	88,26	38,35	194,21	10,79	4,48		
2026. 04. 21. kedd (00536) Tej-tojásmentes 7-14 év	T Csemege szalámi	413,11	98,83	3,92	9,16	3,22	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		
	Kápia paprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	E Zöldségleves suli*tej-tojás m.	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33		
	Sertés pörkölt I*	1 228,92	294,00	15,45	24,81	7,40	3,62	0,68	1,18		





2026. 04. 21. kedd (00536) Tej-tojásmentes 7-14 év													
E	Burgonya főzelék I* T.M.	1 246,68	298,25	6,68	7,96	0,90	48,87	0,00	1,50				
	Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	 			
	Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01				
	U	Mákos puszelli*diéta	619,48	148,20	4,20	4,86	0,30	20,40	11,40	0,53			
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02			
	Összesen:		6 375,08	1 525,14	47,22	67,47	16,51	176,39	15,84	6,31			
2026. 04. 22. szerda (00536) Tej-tojásmentes 7-14 év	T	EUROFOOD baromfifrém 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	 		
		Újhagyma	1,62	0,39	0,02	0,00	0,00	0,09	0,00	0,00			
	E	Zöldségkrémleves I*TM	1 191,02	284,93	5,40	22,76	10,37	14,16	0,00	3,16	 		
		Natúr szelet I*	929,15	222,29	17,88	13,99	3,16	5,96	0,00	0,66			
		Párolt rizs (jázmin) I*	1 438,86	344,23	6,40	7,67	0,89	62,00	0,10	0,64			
		Céklasaláta, csemege szeletelt	212,30	50,79	1,05	0,08	0,00	11,13	11,11	0,98			
	U	Sós perlec*diétás	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Összesen:		4 710,02	1 126,81	40,37	48,59	15,63	129,25	13,05	6,45			





2026. 04. 23. csütörtök (00536) Tej-tojásmentes 7-14 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			
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01			
	E	Csontleves betéttel isk*L.É.	369,53	88,41	2,39	3,96	0,48	10,68	0,00	1,10		
		Natúr Csirkemell suli	956,73	228,88	26,05	10,38	1,31	7,54	0,00	0,98		
		Paradicsom mártás I*	738,43	144,90	3,25	6,02	0,65	27,14	11,99	1,22		
		Tört burgonya féladag isi*	393,82	94,22	2,75	0,22	0,02	20,24	0,00	1,19		
		Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	U	Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
Zsemle, vizes 54g		726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77			
Összesen:		5 753,12	1 344,60	56,61	43,37	9,11	185,86	33,94	7,61			
2026. 04. 24. péntek (00536) Tej-tojásmentes 7-14 év												
T	Paprikás szalámi	476,52	114,00	3,60	8,32	4,26	0,20	0,00	0,80			
	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			
	Retek - piros	1,83	0,44	0,04	0,00	0,00	0,07	0,00	0,00			
E	Karalábéleves suli*G.M.	455,61	109,00	1,80	5,90	0,68	11,46	0,04	0,93			





2026. 04. 24. péntek (00536) Tej-tojásmentes 7- 1.1. sz.	E	Vadas pulyka csíkok I* T.M.	1 091,52	261,13	18,99	11,79	2,95	19,33	5,00	1,86		
		Tészta köret spagetti I. G.M.	1 111,50	265,91	1,28	2,88	0,26	58,40	0,00	0,29		
	U	Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
		Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
		Összesen:	5 697,45	1 363,04	33,29	48,00	13,86	190,91	8,21	6,05		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

