



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 (00533) Törökmandoró mentes 7-10 év	<b>T</b> Szeletelt eidami, félzsíros (k)	442,26	105,80	7,86	7,98	5,08	0,51	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		
	<b>E</b> 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		
	<b>U</b> 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:		7 383,59	1 766,41	48,48	89,34	38,63	188,42	10,79	3,88	





2026. 04. 21.

kedd

(00533)

Törökmogyoró mentes 7-10 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		
	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	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	Puffasztott rizs	806,74	193,00	4,10	1,05	0,25	41,20	0,90	0,00		
Összesen:		6 562,34	1 569,94	47,12	63,66	16,46	197,19	5,34	5,78		





2026. 04. 22. szerda (00533) Törökmogyoró mentes 7-10 év												
T	EUROFOOD baromfifkrém 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 (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			
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01			
E	Csontleves tésztával isk* diét	518,44	124,03	5,78	6,83	1,69	9,76	0,00	0,97			
	Húsgombóc I*	1 208,81	289,19	14,72	17,44	6,13	18,20	0,08	0,14			
	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			





2026. 04. 23.		Törökgyöngy											
2026. 04. 24. péntek		Törökgyöngy mentes 7-10 év											
2026. 04. 23. (00533)	Törökgyöngy	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:	6 154,11	1 440,53	48,67	53,30	15,14	195,60	34,02	6,64		
2026. 04. 24. péntek (00533)	Törökgyöngy mentes 7-10 év	T	Főtt tojás isk*	138,10	33,04	2,70	2,40	0,62	0,12	0,12	0,07		
			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 eperszalag I*	510,18	122,05	3,61	5,07	0,60	15,23	0,00	0,98		
			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.	1 371,85	328,19	12,00	5,04	0,76	58,32	0,00	0,89		
		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:	5 673,95	1 357,41	44,92	43,41	10,64	194,52	8,29	5,97		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

