



Tételes étlap 2026.04.20. - 2026.04.26.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 04. 20. 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		
	Vajkrém natúr, 20% zsír.	135,43	32,40	0,75	3,00	1,95	0,60	0,03	0,14		
	Szeletelt eidami, félzsíros (k	294,84	70,54	5,24	5,32	3,38	0,34	0,00	0,00		
	Kenyér teljes kiőrlésű, szel.	388,16	92,86	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,39		
	E Fejtett bableves O*	825,03	197,38	11,57	8,46	2,33	18,36	0,52	0,58		
	Túrós derelye* ovi	1 589,41	380,24	13,56	6,21	0,53	65,59	0,00	1,16		
	Vaníliás tejföl O*	344,46	82,41	1,62	7,20	4,50	2,48	3,08	0,06		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	U Kockasajt natúr 23,75g	181,66	43,46	2,80	6,13	3,94	3,80	2,28	0,30		
	Sós kalács 44 gr	606,94	145,20	4,76	1,44	0,47	26,89	2,01	1,56		
	Összesen:	4 664,25	1 115,86	45,14	38,69	17,14	152,05	16,13	4,33		





2026. 04. 21. kedd (00494) Sertéshús mentes 4-6 év												
T	Tejeskávés ovi	456,91	109,31	6,82	3,00	1,63	13,75	3,00	0,27			
	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			
	Zsemle graham 60g	1 207,60	288,90	10,37	2,39	0,78	51,39	0,04	1,13			
	Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
	E	Vajgaluska leves O*	302,07	72,27	2,76	2,54	0,60	9,46	0,04	0,12		
		Pulyka pörkölt ovi*	773,54	185,06	15,82	12,53	2,79	3,77	0,68	1,60		
		Tejfölös burgonya főz O*	1 348,09	322,51	10,72	4,45	2,33	59,01	0,57	0,10		
		Félbarna kenyér	406,30	97,20	3,46	0,46	0,11	19,32	0,36	0,58		
		Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
U	Búrkifli, mákos 100g	1 338,64	320,25	6,03	10,19	4,93	39,60	0,00	0,31			
Összesen:		6 272,82	1 500,68	59,22	40,57	14,54	205,92	4,95	4,65			
2026. 04. 22. szerda (00494) Sertéshús mentes 4-6 év												
T	Karamellás tej O*	571,62	136,75	6,80	3,00	1,63	20,59	9,99	0,27			
	Szárnyasmájkrém 65g	340,04	81,35	1,78	7,92	0,00	0,06	0,00	0,53			
	Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77			
	Újhagyma	1,08	0,26	0,01	0,00	0,00	0,06	0,00	0,00			
E	Zöldségkrémleves O*	482,19	115,36	2,22	7,38	1,60	9,92	0,62	2,07			
	Levesgyöngy	138,03	33,02	0,50	2,29	0,28	2,57	0,00	0,06			





2026. 04. 22. szerda (00494)		Sertéshús mentes 4-6 év										
E	Fokhagymás csirke a.pecsenye*O	423,33	101,27	15,20	4,05	0,84	0,89	0,01	0,97			
	Párolt rizs (jázmin) O*	1 079,15	258,17	4,80	5,75	0,67	46,50	0,07	0,45			
	Céklasaláta, csemege szeletelt	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	8,33	0,74			
	U Teljes kiörlésű sajtos csiga 1	1 504,80	360,00	7,76	14,37	9,71	29,72	3,79	0,44			
	Összesen:	5 426,29	1 298,15	46,11	45,63	14,96	152,93	24,65	6,30			
T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13			
	Csirkemell 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			
	Rozsos kenyér	405,20	96,94	2,64	0,32	0,04	20,00	0,20	0,60			
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01			
	E	Csontleves tésztabetéttel O*	159,92	38,26	1,91	0,88	0,13	5,65	0,00	0,78		
		Natúr Csirkemell ovi tojás	669,71	160,22	18,24	7,27	0,91	5,28	0,00	0,92		
		Paradicsom mártás O*	519,35	96,87	2,46	4,07	0,44	19,28	7,99	0,97		
		Tört burgonya féladag ovi*	286,41	68,52	2,00	0,16	0,02	14,72	0,00	0,89		
		Búzakenyér	405,04	96,90	3,45	0,44	0,11	19,26	0,00	0,58		
	U Pogácsa vajas 100g	1 730,52	414,00	7,77	12,30	5,66	52,15	14,82	0,89			
	Összesen:	4 569,00	1 065,69	43,11	29,41	8,41	145,08	31,22	6,38			





2026. 04. 24. péntek (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		
		Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
		Főtt tojás ovi*	110,48	26,43	2,16	1,92	0,50	0,10	0,10	0,06		
		Kornspitz 70g	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23		
		Retek - piros	1,22	0,29	0,02	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00		
	E	Karalábéleves eperszalag O*	382,63	91,54	2,71	3,80	0,45	11,42	0,00	0,73		
		Vadas pulyka csíkok O*	945,71	226,25	14,75	12,14	3,82	14,04	3,86	1,47		
		Tészta köret spagetti O.	1 050,81	251,39	9,00	4,36	0,64	43,74	0,00	0,67		
	U	Briós cukor nélkül 100g	1 446,28	346,00	8,30	8,00	3,60	66,00	12,00	0,75		
		Összesen:	5 300,36	1 268,03	48,43	39,37	12,33	180,19	25,11	6,13		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

