



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 (00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6	T Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
	Sajt helyettesítő, szeletelt (244,11	58,40	0,10	4,60	3,20	4,20	0,00	0,40		
	Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	E Fejtett bableves O*TM	1 418,03	339,24	13,86	22,82	11,01	19,09	0,00	0,64		
	Gluténmentes pizzás csiga	869,44	208,00	1,20	4,30	1,90	41,30	3,40	0,10		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	U Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
	Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
Összesen:	5 153,09	1 232,79	31,10	55,34	22,50	149,35	15,51	3,68			





2026. 04. 21.

kedd

(00705)

Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6

T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
	Csemege szalámi	309,83	74,12	2,94	6,87	2,42	0,05	0,00	0,00		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
	Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
E	Zöldségleves ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06		
	Sertés pörkölt O*	876,96	209,80	11,54	17,56	5,43	2,47	0,51	0,88		
	Burgonya főzelék O* T.M.	883,27	211,31	4,86	5,03	0,57	35,84	0,00	0,80		
	Zsemle, vizes 54g	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,92	0,39		
	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	Puffasztott rizs	645,39	154,40	3,28	0,84	0,20	32,96	0,72	0,00		
Összesen:		5 016,27	1 200,06	35,91	46,62	12,25	155,58	12,26	4,20		





2026. 04. 22. szerda (00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6												
2026. 04. 22. szerda (00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
		EUROFOOD baromfikrém 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	1,08	0,26	0,01	0,00	0,00	0,06	0,00	0,00		
	E	Zöldségkrémleves O*TM	404,94	96,88	1,71	5,87	0,66	9,10	0,40	2,06		
		Fokhagymás sertéscsíkok O* D.	548,85	131,30	12,71	8,58	2,16	0,67	0,00	1,11		
		Párolt rizs (jázmin) O*	1 079,15	258,17	4,80	5,75	0,67	46,50	0,07	0,45		
	U	Céklasaláta, csemege szeletelt	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	8,33	0,74		
Sós perlec*diétás		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Összesen:		3 283,23	785,46	30,38	24,39	4,71	108,83	18,85	5,50			
2026. 04. 23. csütörtök (00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
		Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
		Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		





2026. 04. 23. csütörtök													
2026. 04. 23. csütörtök	Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4 (00705)	E	Csontleves ovi*tojásm.	171,62	41,06	1,69	1,05	0,14	6,21	0,00	0,85		
			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		
			Zsemle, vizes 54g	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,92	0,39		
		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:	4 495,25	1 048,04	43,07	29,36	6,39	156,45	37,16	6,25				
2026. 04. 24. péntek	Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6 (00705)	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		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Retek - piros	1,22	0,29	0,02	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00		
		E	Karalábéleves ovi* tojás	309,49	74,04	1,78	3,90	0,44	7,78	0,00	1,28		
			Vadas pulyka csíkok O* T.M.	888,23	212,50	14,65	9,79	2,33	16,01	3,00	1,53		
			Tészta köret spagetti O G.M	855,55	204,68	0,96	2,74	0,26	43,80	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		





2026.	04. 24	(00705 ,	U	Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96	
				Összesen:	4 530,14	1 083,77	29,27	31,38	7,50	169,12	14,11	5,63	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

