



Tételes étlap 2026.05.04. - 2026.05.10.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 05. 04. hétfő (00536) Tej-tojásmentes 7-14 év	T Pulykamell sonka	135,43	32,40	3,60	1,50	0,48	0,78	0,39	0,66		
	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		
	E Palócleves mir I*G.T.M.	850,71	203,52	12,04	10,63	2,23	14,02	0,04	1,56		
	Mákos metélt isk T.L.É.	2 007,60	480,29	4,88	15,34	1,82	78,79	12,89	0,20		
	Mák szórát I*	878,56	210,18	3,60	12,00	1,50	20,39	12,89	0,01		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	U Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
	Gyümölcsle 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
	Összesen:	6 650,89	1 591,13	32,30	59,18	11,74	225,93	29,38	4,62		
2026. 05. 05. kedd (00536) Tej-tojásmentes 7-14 év	T 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		
	Kápia paprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	E Húsleves I** G.M.	230,52	55,15	1,66	0,36	0,00	11,06	0,00	0,98		
	Főtt hús I*	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		





2026. 05. 05. kedd (00536) Tej-tojásmentes 7-14 év	E	Meggy mártás I* T.M.	865,36	207,02	1,89	0,98	0,00	45,57	14,99	0,02		
		Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	U	Zala felvágott	273,37	65,40	3,90	5,40	2,22	0,33	0,00	0,66		
		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:	5 411,52	1 294,63	51,00	46,20	13,73	162,52	20,82	5,42		
2026. 05. 06. szerda (00536) Tej-tojásmentes 7-14 év	T	Harcspástétom 50g	349,03	83,50	0,00	7,60	1,03	1,48	0,05	0,33		
		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	Zöldségleves sulitej-tojás m.	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33		
		Chilis bab I*	2 417,43	554,24	23,87	31,56	8,32	49,00	0,00	4,82		
		Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	U	Minizsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	16,13	0,01		
		Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		Összesen:	5 602,84	1 316,30	45,33	45,66	10,47	180,16	21,70	8,80		





2026. 05. 07. csütörtök (00536) Tej-tojásmentes 7-14 év															
T	Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,00	0,90						
	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						
	E Tavaszi leves I* diéta	372,56	89,13	2,63	5,02	0,54	8,27	0,10	1,12						
	Csirkeragu Budapest módra I*	1 186,34	283,81	26,09	15,76	3,64	10,06	0,41	0,96						
	Tört burgonya I*	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	0,76						
	Lilahagym.savanyúkápos zta I*	225,03	53,83	1,07	3,88	0,42	3,58	0,00	0,54						
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:		5 258,39	1 257,98	52,01	50,08	12,71	146,83	20,47	6,02						
2026. 05. 08. péntek (00536) Tej-tojásmentes 7-14 év															
T	Sajt helyettesítő, szeletelt (366,17	87,60	0,15	6,90	4,80	6,30	0,00	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						
	TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00						
E	Paradicsom leves I*T.T.M.	784,00	187,56	3,12	7,96	0,87	25,53	7,99	1,25						
	Tavaszi rizseshús (pulyka)I*TM	1 885,80	451,15	23,57	15,38	3,39	53,95	0,00	1,81						
U	Párizsi sertés	294,69	70,50	3,00	6,33	2,16	0,66	0,15	0,60						





2026. 05. 08.	(00536) Tej- tejmentes	U	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:	5 871,31	1 398,75	42,78	66,28	19,28	156,04	11,98	6,20	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

