



Tételes étlap 2026.05.04. - 2026.05.10.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 05. 04. hétfő (00533) Törökgyógyó mentes 7-10 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*T.M.	847,26	202,69	12,81	10,56	2,21	13,68	0,00	1,56		
	Gluténmentes kakaós batyu	2 358,36	564,20	2,08	24,18	12,48	85,02	5,98	0,26		
	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:	6 119,64	1 464,03	26,67	55,95	20,88	211,43	9,54	4,67		
2026. 05. 05. kedd (00533) Törökgyógyó 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		
	Kápia paprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	E Húsleves I** T.M.	259,23	62,02	2,89	0,71	0,07	10,77	0,00	1,04		
	Főtt hús I*	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
	Meggymártás I* T.M.	865,36	207,02	1,89	0,98	0,00	45,57	14,99	0,02		





2026. 05. 05. kedd	(00533) Törökmogyoró mentes 7-10 év	E	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	0,00	0,66		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	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:	5 469,23	1 308,44	51,57	48,11	14,09	161,06	20,79	4,71				
2026. 05. 06. szerda	(00533) Törökmogyoró mentes 7-10 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	0,00		
		E	Zöldségleves suli*tej-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	Minidzsem 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 (00533) Törökmogyoró mentes 7-10 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.savanyúkáposzta 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 (00533) Törökmogyoró mentes 7-10 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.	(00533)	Táplálkozás	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

