



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 (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		
	Pulykamell sonka	90,29	21,60	2,40	1,00	0,32	0,52	0,26	0,44		
	Tönköly kenyér	414,66	99,20	3,96	0,52	0,20	18,40	0,00	0,64		
	E Palócleves mir O*hamis	469,83	112,40	2,51	6,30	1,93	11,06	0,86	1,20		
	Mákos tészta O*	1 068,35	255,59	9,00	4,82	0,69	43,74	0,00	0,57		
	Mák szórat O*	619,27	148,15	2,40	8,00	1,00	15,59	10,59	0,00		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
U Sajtos rúd 60 gr	1 391,94	333,00	6,27	18,00	6,90	33,00	1,62	2,50			
Összesen:	4 512,55	1 079,56	27,68	42,83	12,10	137,55	21,54	5,58			
2026. 05. 05. kedd (00494) Sertéshús mentes 4-6 év	T Kakaó ovi	636,99	152,39	7,85	3,75	1,97	21,05	9,99	0,38		
	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		
	Kifli, rozs	1 291,62	309,00	9,90	2,90	0,90	58,00	4,10	1,10		
	Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E Karalábéleves eperszalag O*	382,63	91,54	2,71	3,80	0,45	11,42	0,00	0,73		





2026. 05. 05. kedd											
(00494) Sertéshús mentes 4 év.											
<b>E</b>	Natúr Csirkemell ovi tojás	669,71	160,22	18,24	7,27	0,91	5,28	0,00	0,92		
	Meggymártás O*	835,21	199,81	0,76	0,26	0,00	47,73	39,95	0,01		
	Búzakenyér	405,04	96,90	3,45	0,44	0,11	19,26	0,00	0,58		
<b>U</b>	Pizzás stangli 80g	1 193,81	285,60	9,12	5,64	3,27	43,08	3,64	1,40		
	Összesen:	5 701,76	1 364,06	54,43	29,79	9,16	206,52	57,78	5,27		
2026. 05. 06. szerda											
(00494) Sertéshús mentes 4-6 év											
<b>T</b>	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
	Tonhalkrém O*	247,49	59,21	2,66	5,13	1,12	9,41	0,37	0,07		
	Zsemle korpás 60g	69,54	16,64	0,70	0,10	0,01	3,20	0,00	0,07		
	Retek - piros	1,22	0,29	0,02	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00		
<b>E</b>	Zöldségleves ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06		
	Chilis bab O* sertésmentes	1 481,95	341,39	20,03	13,13	2,80	38,63	0,00	3,84		
	Félbarna kenyér	406,30	97,20	3,46	0,46	0,11	19,32	0,36	0,58		
<b>U</b>	Teljes kiőrlésű áfonyás párna	2 324,08	556,00	5,80	35,00	18,00	53,00	20,00	0,69		
	Összesen:	5 007,86	1 184,91	35,31	57,76	22,47	140,29	28,94	6,44		





2026. 05. 07. csütörtök		(00494) Sertéshús mentes 4-6 év											
2026. 05. 07. csütörtök	(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		
			Briós cukor nélkül 100g	1 446,28	346,00	8,30	8,00	3,60	66,00	12,00	0,75		
		E	Tavaszi leves O*	322,05	77,05	2,33	3,27	0,37	9,14	0,02	0,79		
			Csirkeragu Budapest módra O*	897,00	214,59	19,63	11,82	2,73	7,90	0,31	0,72		
			Tört burgonya O*	587,92	140,65	3,75	0,30	0,04	30,00	0,00	0,51		
			Lilahagym.savanyúkapos zta O*	247,09	59,11	0,90	4,78	0,53	3,04	0,00	0,45		
		U	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		
			Zsemle graham 60g	1 207,60	288,90	10,37	2,39	0,78	51,39	0,04	1,13		
	Összesen:	5 509,67	1 318,10	55,78	37,47	10,77	188,22	22,36	5,23				
2026. 05. 08. 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		
			Vajkrém natúr, 20% zsírt.	135,43	32,40	0,75	3,00	1,95	0,60	0,03	0,14		
			Reszelt trappista sajt, zsíros	310,88	74,37	5,54	5,62	0,32	0,49	0,00	0,00		
			Kifli, teljes kiörlésű 70g	524,30	125,43	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56		
			TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
		E	Mustáros pulykaragu leves O*	718,52	171,90	11,49	9,76	2,66	9,16	0,52	0,72		
			Medvehagymás r.sajt *O	2 101,17	502,67	16,70	47,28	17,41	2,00	0,00	0,00		
			Sárgarépás rizs ovi*	1 114,23	266,56	4,80	6,68	0,77	46,50	0,00	0,80		





2026. 05. 08. péntek (00494) Sertéshús mentés 1. átv.	E	Tartármártás ovi*	1 257,52	300,84	1,31	31,67	5,84	2,15	1,99	0,13		
	U	Kockasajt natúr 23,75g	181,66	43,46	2,80	6,13	3,94	3,80	2,28	0,30		
		Kornspitz 70g	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23		
		Összesen:	7 563,43	1 805,51	60,46	116,37	35,23	134,43	13,97	5,01		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

