



Tételes étlap 2026.01.05. - 2026.01.11.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 01. 05. hétfő	Tej-tojás-csirkehúsmentes 7-14 év (00546)	E	Gulyásleves marhahússal I*D.	1 008,11	241,18	12,84	11,19	1,15	16,14	0,17	1,39		
			Tejbedara szórattal I* T.M.	1 792,70	428,88	7,28	4,08	0,84	89,12	41,96	0,19		
			Kakaós porcukor sulí*	401,04	95,94	1,05	0,75	0,34	20,44	19,98	0,12		
			Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01		
			Összesen:	3 461,51	828,12	22,07	16,32	2,33	138,45	62,11	1,71		
2026. 01. 06. kedd	Tej-tojás-csirkehúsmentes 7-14 év (00546)	E	Zöldségleves sulí*tej-tojás m.	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33		
			Sertés pörkölt I*	1 228,92	294,00	15,45	24,81	7,40	3,62	0,68	1,18		
			Zöldborsófőzelék sulí* T.M.	1 161,62	277,90	14,45	6,80	0,68	39,01	3,60	0,82		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Összesen:	3 497,04	836,61	38,72	36,49	8,74	87,57	6,12	4,10		





2026. 01. 07. szerda (00546)	Tej-tojás-csirkehúsmentes 7-14 év											
	E	Zöldbableves sulit*tej, tojás	354,07	84,71	3,03	3,15	0,32	10,78	0,00	1,18		
		Pulyka aprópecsenye I*	820,72	196,35	16,76	13,25	3,15	2,36	0,01	1,12		
		Színes zöldséges rizs I*	1 433,28	342,89	7,20	8,23	0,94	59,38	0,00	0,80		
		Összesen:	2 608,07	623,95	26,99	24,63	4,41	72,52	0,01	3,10		





2026. 01. 08. csütörtök (00546) Tej-tojás-csirkehúsmentes 7-14 év	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		
		Almamártás sulí*T.M.	571,20	136,65	1,84	0,78	0,02	29,83	12,99	0,02		
		Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	      	
			Összesen:	2 194,24	524,94	30,75	10,05	3,14	75,56	14,83	1,98	





2026. 01. 09. péntek (00546) Tej-tojás-csirkehúsmentes 7-14 év	E	Gyümölcsle 0,2- es 100%	192,28	46,00	0,00	0,00	0,00	11,00	10,00	0,00		
		Natúr sertés szelet I*	929,15	222,29	17,88	13,99	3,16	5,96	0,00	0,66		
		Tört burgonya, hagymás I*	1 089,33	260,60	5,62	6,02	0,69	44,83	0,00	2,97		
		Párolt káposzta I*	382,46	91,50	1,51	5,76	0,66	8,18	3,00	0,61		
		Összesen:	2 593,22	620,39	25,01	25,77	4,51	69,97	13,00	4,24		





2026. 01. 10. szombat (00546) Tej-tojás-csirkehúsmentes 7-14 év	E	Frankfurti leves isk* T.M.	918,57	219,75	8,89	13,45	3,67	15,39	0,00	1,47	    	
		Darás metélt I* tojás	2 273,92	544,00	4,60	6,47	0,63	116,17	32,81	0,49	 	
		Barackíz	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	14,26	0,00		
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		Összesen:	3 652,27	873,74	14,19	20,52	4,30	156,32	47,07	1,98		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

