



Tételes étlap 2026.01.05. - 2026.01.11.

	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. 01. 05. hétfő	(00536) Tej-tojásmentes 7-14 év	T	Szendvicskrém, vegán (diétás)	204,82	49,00	0,20	4,80	4,20	1,28	0,00	0,28		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		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		
		U	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		
			Összesen:	6 083,40	1 455,37	39,41	46,14	14,59	208,45	65,87	4,63		
2026. 01. 06. kedd	(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		
			Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
		E	Zöldségleves sulí*tej-tojásmentes.	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33		
			Kakukkfűves Csirkemell I*	825,73	197,54	25,41	8,52	1,11	4,62	0,01	0,69		





2026. 01. 06. kedd												
(00536) Tej-tojásmentes 7-14 év												
2026. 01. 07. szerda	(00536) Tej-tojásmentes 7-14 év	E	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	
		U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11	
			Összesen:	5 318,84	1 272,45	61,32	56,08	20,21	128,81	10,48	5,60	
		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	
			Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04	
		E	Zöldbableves sulí*tej, tojás	354,07	84,71	3,03	3,15	0,32	10,78	0,00	1,18	
			Natúr Csirkemell sulí	956,73	228,88	26,05	10,38	1,31	7,54	0,00	0,98	
			Színes zöldséges rizs I*	1 433,28	342,89	7,20	8,23	0,94	59,38	0,00	0,80	
U	Paprikás szalámi	476,52	114,00	3,60	8,32	4,26	0,20	0,00	0,80			
	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:	6 121,12	1 464,39	52,97	66,63	19,69	153,56	3,84	6,34			





2026. 01. 08. 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	     			
	TV paprika	24,57	0,00	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				
	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	     			
	U Meggyes kakaós rétes*diéta	1 254,00	300,00	6,70	15,00	12,00	31,00	17,00	0,48				
	Összesen:	5 163,06	1 229,31	48,70	49,35	22,97	141,91	33,75	4,33				
2026. 01. 09. péntek (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	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				





.....
Gazdaságvezető