



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 (00533) Törökmogyoró mentes 7-10 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 I*	1 197,61	286,51	10,85	4,00	2,04	51,58	19,98	0,33		
			Kakaós porcukor suli*	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:	5 488,31	1 313,00	42,98	46,06	15,79	170,91	43,89	4,77





2026. 01. 06. kedd (00533) Törökmogyoró mentes 7-10 év												
T	Olasz felvágott	355,00	84,93	2,56	4,70	3,20	0,20	0,00	0,32	  		
	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-tojás	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33	 		
	Kakukkfűves Csirkemell I.TM	975,18	233,30	37,07	8,94	1,22	0,89	0,00	1,27			
	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:	5 391,08	1 289,74	70,94	51,80	19,72	125,18	10,47	5,60			
2026. 01. 07. szerda (00533) Törökmogyoró mentes 7-10 év												
T	Reszelt trappista sajt, zsíros	466,33	111,56	8,31	8,43	0,48	0,73	0,00	0,00	 		
	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			





2026. 01. 07. szerda	(00533) Törökmogyoró mentes 7-10 év	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:	6 221,28	1 488,35	61,13	68,16	15,37	147,99	3,84	5,74		
	(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		
			TV paprika	24,57	0,00	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		
			Almamártás sulis 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:	5 191,77	1 236,18	49,93	49,70	23,04	141,62	33,75	4,39		





2026. 01. 09. péntek (00533) Törökmogyoró mentes 7-10 év												
T	Tojáskrém I*T.M.	306,33	73,28	2,78	6,67	1,76	0,45	0,14	0,44			
	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			
	Párolt káposzta I*	382,46	91,50	1,51	5,76	0,66	8,18	3,00	0,61			
	U EUROFOOD baromfikrém csirkemáj	210,25	50,30	3,37	3,28	0,98	1,64	0,00	0,24			
	Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77			
	Összesen:	4 588,01	1 097,61	44,02	37,43	7,71	141,50	16,82	6,46			
2026. 01. 10. szombat (00533) Törökmogyoró mentes 7-10 év												
T	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			
	Póréhagyma	46,24	11,06	0,66	0,09	0,00	1,89	0,00	0,00			
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*	1 920,63	459,48	13,70	8,29	1,07	81,98	5,99	0,93			
	Barackíz	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	14,26	0,00			





2026. 01. 10. szombat	(00533) Törökmogyoró mentes 710 g	E	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		
			Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08		
			Összesen:	6 410,50	1 533,60	36,84	47,09	12,67	236,70	23,42	5,33		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

