



Tételes étlap 2026.05.11. - 2026.05.17.

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. 05. 11. hétfő (00533) Törökmgörö mentes 7-10 év	T Füstölt Edami sajt	438,90	105,00	7,80	8,10	5,40	0,24	0,00	0,00		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	E Frankfurti leves isk* T.M.	918,57	219,75	8,89	13,45	3,67	15,39	0,00	1,47		
	Tejbeköles I*	1 151,69	275,52	10,61	4,57	2,02	47,82	7,99	0,27		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	U 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		
	Összesen:	5 034,42	1 204,40	43,80	48,18	17,08	143,86	11,90	4,46		





2026. 05. 12. kedd (00533) Törökmogyoró mentes 7-10 év												
2026. 05. 12. kedd (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		
		Újhagyma	1,62	0,39	0,02	0,00	0,00	0,09	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		
		Sertés pörkölt I*	1 228,92	294,00	15,45	24,81	7,40	3,62	0,68	1,18		
		Tökfőzelék I* T.M.	630,90	90,21	4,27	4,09	0,42	23,82	0,80	1,05		
		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:		5 002,32	1 136,00	43,94	42,07	10,70	157,59	23,27	6,32		
2026. 05. 13. szerda (00533) Törökmogyoró mentes 7-10 év	T	Sajtkrém I*	240,71	57,59	2,77	4,81	2,35	0,16	0,00	0,29		
		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	Fahéjas Szilvaleves I* T.M.	518,89	124,14	1,89	0,10	0,00	27,96	11,99	0,26		
		Brokkoli-srúpás csirkeragu ITM	659,86	157,86	20,99	5,64	2,00	5,58	0,08	1,98		
		Petrezselymes rizsköret I*	1 408,85	337,05	6,49	6,74	0,78	62,20	0,10	0,80		
	U	Gluténmentes fahéjas csiga	1 131,00	270,57	1,10	9,90	4,30	43,70	6,90	0,10		
	Összesen:		4 700,87	1 124,62	39,79	28,03	9,66	174,38	20,91	4,21		





2026. 05. 14. csütörtök (00533) Törökmogyoró mentes 7-10 év													
T	Vajkrém ízesített 25% zsírt.	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,04	0,18				
	Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77				
	Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00				
	E	Zöldborsóleves I* T.M.	447,58	107,08	4,45	4,03	0,43	12,98	0,00	0,85			
		Gyros fűsz. csirkecomb. I*	813,78	194,68	19,24	12,26	2,07	1,62	0,00	1,00			
Burgonyapüré I* T.M.		1 214,49	290,55	5,80	6,80	1,67	50,34	3,23	0,89				
Sárgarépás saláta I*	192,03	45,94	0,85	0,14	0,02	9,97	4,17	0,42					
U	Sós perec*diétás	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
Összesen:		3 613,98	864,59	37,89	28,13	7,03	111,79	9,28	4,11				
2026. 05. 15. péntek (00533) Törökmogyoró mentes 7-10 év													
T	Párizsi sertés	294,69	70,50	3,00	6,33	2,16	0,66	0,15	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				





2026. 05. 15. péntek	(00533) Törökmogyoró	E	Zöldbableves suli*tej, tojás	354,07	84,71	3,03	3,15	0,32	10,78	0,00	1,18		
			Borsos tokány I* TM.	970,00	225,49	17,52	15,15	3,35	6,11	0,00	1,40		
			Tészta köret orsó I*	1 424,47	340,78	12,00	6,43	0,92	58,32	0,00	0,89		
		U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
			Összesen:	4 839,54	1 151,22	43,65	57,54	20,71	116,16	5,18	5,19		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

