



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 (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm.7-10 év	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		
	E Frankfurti leves isk* T.M.	918,57	219,75	8,89	13,45	3,67	15,39	0,00	1,47		
	Tejbeköles, I* tej-gluténm.	1 421,47	340,06	4,68	3,47	0,63	71,99	34,97	0,31		
	Kakaós porcukor sulis*	401,04	95,94	1,05	0,75	0,34	20,44	19,98	0,12		
	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:	5 950,55	1 423,57	31,31	55,63	17,83	194,61	58,94	5,30		





2026. 05. 12. kedd (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm.7-10 év												
2026. 05. 12. kedd (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm.7-10 év	T	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		
		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:	4 906,24	1 113,02	44,53	38,68	9,92	158,78	23,13	6,12		
2026. 05. 13. szerda (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm.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		
		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		





2026. 05. 13.												
2026. 05. 14.												
2026. 05. 13.	(00547) Tej-toj.- marhahús	E	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:	5 264,75	1 259,52	40,96	42,62	13,33	174,63	20,99	4,78	
2026. 05. 14.	(00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm.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	
			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:	3 638,22	870,39	37,09	28,93	8,63	112,27	9,24	4,21	





2026. 05. 15.

péntek

(00547)

Tej-toj.-marhahús-mogyoróm.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		
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 isi*G.M.	1 164,13	278,50	1,28	4,27	0,42	58,40	0,00	0,00		
U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
Összesen:		4 579,20	1 088,94	32,93	55,38	20,21	116,24	5,18	4,30		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

