



Tételes étlap 2026.06.01. - 2026.06.07.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2026. 06. 01. hétfő (00494) Sertéshús mentes 4-6 év	T Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13			
	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09			
	Szel.Trap.sajt, zsíros	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49			
	Kenyér teljes kiőrlésű, szel.	388,16	92,86	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,39			
	E Legényfogó leves(papr.) O*	558,57	133,63	9,70	6,93	1,82	7,87	0,31	0,48			
	Darás metélt Ovi*	1 384,05	331,11	9,85	5,66	0,73	59,79	5,00	0,71			
	Barackíz	181,25	43,36	0,08	0,00	0,00	10,70	10,70	0,00			
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
	U Vajkrém natúr, 20% zsírt.	135,43	32,40	0,75	3,00	1,95	0,60	0,03	0,14			
	Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78			
	Paradicsom	27,47	6,57	0,30	0,06	0,01	1,20	0,00	0,00			
	Összesen:		3 985,75	953,52	35,68	26,57	9,31	140,23	24,73	3,22		





2026. 06. 02. kedd (00494) Sertéshús mentes 4-6 év												
2026. 06. 02. kedd (00494) Sertéshús mentes 4-6 év	T	Karamellás tej O*	571,62	136,75	6,80	3,00	1,63	20,59	9,99	0,27		
		Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,00	0,52		
		Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
		Zsemle korpás 60g	69,54	16,64	0,70	0,10	0,01	3,20	0,00	0,07		
		Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	E	Karfiolleves O*(piros)	327,78	78,42	2,77	3,30	0,37	9,24	0,00	0,43		
		Panírozott halrudak O*	831,87	199,01	7,44	11,83	0,85	14,56	0,00	0,00		
		Mexikói párolt rizs O*	1 047,95	250,71	5,42	4,88	0,56	45,83	0,00	0,40		
		Kapros joghurtos öntet O*	490,74	117,40	1,81	4,50	2,85	2,57	2,73	0,37		
	U	Búrkifli, dejós 100g	1 310,43	313,50	5,88	8,62	4,70	40,96	0,00	0,32		
	Összesen:	4 889,87	1 169,83	34,72	40,16	12,06	137,45	12,72	2,48			
2026. 06. 03. szerda (00494) Sertéshús mentes 4-6 év	T	Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Gabonagolyó kakaós	635,04	151,92	4,00	0,80	0,16	32,00	11,60	0,31		
	E	Zellerkrémleves mir. O*	377,68	90,35	2,41	4,52	0,71	9,53	0,14	0,43		
		Levesgyöngy	138,03	33,02	0,50	2,29	0,28	2,57	0,00	0,06		
		Budapest szelet O*sertésm.	909,38	217,55	21,31	10,78	1,50	8,53	0,00	0,94		
		Burgonya sós *O	705,50	168,78	4,50	0,36	0,05	36,00	0,00	0,61		
	U	Túrókrém zöldfűszeres O*	130,15	31,14	2,64	1,89	1,23	0,84	0,86	0,27		







2026. 06. 03.	(00494) Sertéshús mentes 4-6 év	U	Kifli, graham 50g	536,95	128,46	5,67	2,60	1,49	20,45	0,00	0,76	
			Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00	
			Összesen:	3 862,32	923,99	48,03	26,30	7,06	121,73	12,60	3,65	
2026. 06. 04. csütörtök	(00494) Sertéshús mentes 4-6 év	T	Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
			Mustáros tojáskrém O*	167,54	40,08	2,23	3,11	0,81	0,41	0,10	0,40	
			Rozsos kenyér	405,20	96,94	2,64	0,32	0,04	20,00	0,20	0,60	
			Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03	
		E	Húsleves hús nélküli O**	267,22	63,93	2,69	1,58	0,19	9,54	0,00	0,35	
			Pulyka nuggets O*	888,49	212,56	10,80	18,23	0,85	0,18	0,00	2,25	
			Meggymártás O*	1 118,52	267,59	1,72	0,86	0,00	60,93	39,95	0,02	
		U	Mákos madárka 60g	895,36	214,20	6,16	2,92	1,63	36,27	6,21	0,58	
	Összesen:	4 158,30	994,81	33,28	30,04	5,15	138,37	46,46	4,50			
2026. 06. 05. péntek	(00494) Sertéshús mentes 4-6 év	T	Kakaó ovi	636,99	152,39	7,85	3,75	1,97	21,05	9,99	0,38	
			Kalács kakaós	706,42	169,00	4,15	3,80	1,75	29,50	0,16	0,35	
		E	Vajgaluska leves O*	302,07	72,27	2,76	2,54	0,60	9,46	0,04	0,12	
			Tarhonyáshús O* sertésm.	1 652,62	395,36	22,77	14,32	3,06	43,37	0,00	2,09	
			Céklasaláta, csemege szeletelt	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	8,33	0,74	
		U	Pulykamell sonka	90,29	21,60	2,40	1,00	0,32	0,52	0,26	0,44	





2026. 06. 05. péntek	(00494) Sertéshús	U	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
			Tönköly kenyér	414,66	99,20	3,96	0,52	0,20	18,40	0,00	0,64	 	
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
			Összesen:	4 140,48	990,54	44,88	29,78	8,96	131,45	18,78	4,85		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

