



Tételes étlap 2025.06.02. - 2025.06.08.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 06. 02. hétfő	(00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6	T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
			Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		E	Legényfogó leves O* T.M.	439,19	105,07	7,64	4,81	1,04	7,63	0,48	0,89		
			Darás metélt Ovi* T.T.M.	1 674,88	400,69	3,41	4,38	0,42	86,40	24,25	0,40		
			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	Szendicskrém, vegán (diétás)	153,62	36,75	0,15	3,60	3,15	0,96	0,00	0,21		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
				Összesen:	4 845,65	1 159,24	26,74	25,93	8,15	201,06	57,25	3,76	





2025. 06. 03. kedd (00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6											
T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	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		
	Natúr sertés szelet O*	612,26	146,47	13,28	8,62	2,16	3,77	0,00	0,52		
	Mexikói párolt rizs O*	1 056,23	252,69	5,48	4,89	0,56	46,24	0,00	0,40		
U	Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	16,13	0,01		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	Összesen:	4 637,23	1 109,38	36,45	33,19	7,84	162,87	37,95	3,46		





2025. 06. 04. szerda (00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6	T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
		Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,00	0,44		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	E	Zellerkrémleves mir. oviT.M.	378,75	90,61	1,33	5,96	0,68	7,62	0,92	1,04		
		Budapest ragu O*	1 001,42	239,57	19,71	13,81	3,90	8,76	0,00	0,69		
		Burgonya sós *O	705,50	168,78	4,50	0,36	0,05	36,00	0,00	0,61		
	U	EUROFOUD májkrém sertés 50 gr	689,70	165,00	4,45	16,10	6,10	0,60	0,00	0,75		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
		Összesen:	5 143,68	1 230,53	45,41	52,03	15,53	141,12	22,64	5,22		





2025. 06. 05. csütörtök (00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6											
T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
	Csemege szalámi	309,83	74,12	2,94	6,87	2,42	0,05	0,00	0,00		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
E	Húsleves O** tojás	149,73	35,82	1,10	0,24	0,00	7,15	0,00	0,79		
	Főtt hús O*	532,56	127,41	16,80	6,48	2,31	0,32	0,00	0,17		
	Meggymártás O* T.M.	666,91	159,55	1,64	0,82	0,00	34,66	9,99	0,02		
	Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,92	0,39		
U	Sajt helyettesítő, szeletelt (	244,11	58,40	0,10	4,60	3,20	4,20	0,00	0,40		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	Összesen:	4 837,40	1 157,26	38,60	42,08	14,21	150,73	32,69	3,64		





2025. 06. 06. péntek (00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6	T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
		Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,04	0,10		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	E	Zöldségleves ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06		
		Tarhonyáshús (sertés) O*T.T.M.	1 780,77	426,02	13,89	20,99	5,94	44,38	0,00	0,76		
		Céklasaláta, csemege szeletelt	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	8,33	0,74		
	U	Téliszalámi	324,16	77,55	3,45	7,05	2,85	0,08	0,00	0,68		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
		Összesen:	5 306,21	1 269,41	32,95	51,18	14,43	165,01	46,29	5,03		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

