



Tételes étlap 2026.06.08. - 2026.06.14.

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. 06. 08. hétő (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm.7-10 év	T Csirkemell sonka	105,34	25,20	5,55	0,24	0,06	0,24	0,00	0,78		
	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 Lencseleves húsos (sertés) I*	1 205,45	288,39	14,75	13,95	3,26	25,53	0,00	1,13		
	Tejbedara szórattal I* T.M.	1 792,70	428,88	7,28	4,08	0,84	89,12	41,96	0,19		
	Kakaós porcukor sulí*	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 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		
Összesen:		6 512,10	1 557,93	45,71	54,64	14,78	214,86	65,78	4,84		





2026. 06. 09. kedd (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm.7-10 év												
2026. 06. 09. kedd (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm.7-10 év	T	Szendvicsskrém, 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		
		Kápia paprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	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		
		Sült csirkecomb filé I*	907,75	217,17	20,91	14,48	2,37	0,54	0,00	1,71		
		Parajfőzelék suli* T.M.	775,78	185,59	5,94	8,80	0,94	20,44	3,20	0,88		
	U	Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		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:		4 747,47	1 135,76	48,83	34,67	8,63	152,77	24,85	6,52		
2026. 06. 10. szerda (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		
		Újhagyma	1,62	0,39	0,02	0,00	0,00	0,09	0,00	0,00		
	E	Fokhagyma krémleves I*TM	323,78	77,46	1,32	4,85	0,58	7,04	0,32	0,98		
		Mexikói csirkeragu I*	945,21	219,12	18,70	12,17	1,97	10,16	0,00	1,71		
		Petrezselymes rizsköret I*	1 408,85	337,05	6,49	6,74	0,78	62,20	0,10	0,80		





2026. 06. 10.		00547									
2026. 06. 11. csütörtök (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm.7-10 év	U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11	
		Összesen:	4 752,19	1 129,89	37,27	56,54	19,45	119,78	5,60	5,17	
	T	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	
		Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00	
	E	Magyaros Burgonyaleves I*G.M.	734,16	175,64	3,16	7,63	0,84	23,43	0,40	1,41	
		Almás rakott tészta*I GM	2 198,61	525,98	5,79	6,58	0,82	108,84	20,78	0,13	
	U	Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20	
		Gyümölcsle 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00	
		Összesen:	5 641,04	1 349,54	20,19	34,25	7,71	236,82	24,50	4,55	





2026. 06. 12.
péntek

(00547)

Tej-toj.-marhahús-mogyoróm.7-10 év

T	Harcspástétom 50g	349,03	83,50	0,00	7,60	1,03	1,48	0,05	0,33		
	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	Rántott leves I* tojásm.	309,41	73,67	0,93	5,68	0,64	4,72	0,00	0,79	
		Natúr szelet I*	929,15	222,29	17,88	13,99	3,16	5,96	0,00	0,66	
		Zelleres Burgonyap. I*G.T.M.	1 137,50	272,13	5,91	5,64	1,36	48,10	2,42	1,53	
		Céklasaláta, csemege szeletelt	212,30	50,79	1,05	0,08	0,00	11,13	11,11	0,98	
	U	Gluténmentes kakaós batyu	1 179,18	282,10	1,04	12,09	6,24	42,51	2,99	0,13	
	Összesen:		4 858,13	1 161,89	33,36	45,92	12,66	148,68	18,41	5,20	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

