



Tételes étlap 2026.06.15. - 2026.06.21.

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. 15. hétfő (00533) Törökgyoró mentes 7-10 év	T Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,00	0,90		
	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 Fejtett bableves I*TM	2 359,15	564,39	21,68	41,70	21,36	24,82	0,00	0,88		
	Krumplis tészta suli*	2 058,72	492,52	15,00	12,39	1,58	79,81	0,20	2,06		
	Csemege uborka	46,03	11,01	0,48	0,08	0,00	2,08	0,00	1,92		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	U Sós perec*diétás	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Összesen:	6 410,97	1 533,73	48,95	79,07	30,78	153,47	2,12	6,75		





2026. 06. 16. kedd (00533) Törökmogyoró mentes 7-10 év												
2026. 06. 16. kedd (00533) Törökmogyoró mentes 7-10 év	T	Szel.Trap.sajt, zsíros	466,33	111,56	8,31	8,43	5,36	0,48	0,00	0,73		
		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		
		TV paprika	24,57	0,00	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		
		Fokhagymás a.pecsenye pulyka*	981,57	234,83	19,85	16,56	3,85	1,31	0,00	1,10		
		Lencsefőzelék I*T.M.	1 605,48	384,09	22,79	7,41	0,63	56,08	3,50	1,06		
		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:		6 443,72	1 535,69	72,77	52,99	14,76	188,46	25,23	6,74			
2026. 06. 17. szerda (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		
		Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
	E	Paradicsom leves suli*G.M.diab	528,00	126,32	2,35	6,02	0,66	15,41	0,01	1,22		
		Tavaszi rizses pulyka isk D.	2 204,43	527,38	25,95	17,39	3,62	65,94	0,00	1,87		





2026. 06. 17.	(00533)	Törökmen	E	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08	
			U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11	
				Összesen:	5 478,06	1 310,55	41,29	56,37	20,40	158,45	5,19	4,86	
2026. 06. 18.	(00533)	Törökmogyoró mentes 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	
				Kápia paprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00	
			E	Erdei gyümölcsleves I*	407,31	97,44	0,66	0,31	0,01	22,65	9,69	0,01	
				Borsos tokány I* TM.	970,00	225,49	17,52	15,15	3,35	6,11	0,00	1,40	
				Tészta köret színes I*	1 319,71	315,72	13,60	4,23	0,76	55,43	0,00	0,85	
				Keksz, gluténmentes (gullon)	767,45	183,60	7,60	6,40	0,60	30,00	8,40	0,17	
			U	Paprikás szalámi	476,52	114,00	3,60	8,32	4,26	0,20	0,00	0,80	
				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:	6 155,24	1 465,98	56,08	54,92	17,44	185,19	21,85	5,25				





2026. 06. 19.
péntek

(00533)

Törökmogyoró mentes 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		
	Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
E	Gulyásleves marhahússal I*D.	1 008,11	241,18	12,84	11,19	1,15	16,14	0,17	1,39		
	Gluténmentes kakaós csiga 100g	2 265,56	542,00	2,60	20,00	8,60	88,00	13,60	0,08		
U	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08		
	Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
	Összesen:	5 762,88	1 378,68	28,12	39,76	12,64	218,71	16,86	3,80		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

