




































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 (00497) Tej,tojás,halmentes 4-6 év	T Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
	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, vizes 54g	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		
	E Fejtett bableves O* G.M.	601,44	143,89	5,94	4,08	0,48	20,29	0,03	1,05		
	Krumplis tészta ovi*GTM	1 592,31	380,94	6,20	8,77	1,07	68,39	0,18	1,19		
	Csemege uborka	34,52	8,26	0,36	0,06	0,00	1,56	0,00	1,44		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	U Sós perec*diétás	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Összesen:	3 994,29	955,58	23,57	31,75	7,50	140,69	10,32	5,42		





2026. 06. 16. kedd (00497) Tej,tojás,halmentes 4-6 év												
T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13	 		
	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	      		
	E	Zöldségleves O*G.M.	295,34	70,65	1,45	3,12	0,34	8,62	0,03	0,84		
		Fokhagymás a.pecsenye pulykaO*	736,18	176,12	14,89	12,42	2,89	0,99	0,00	0,83		
		Lencsefőzelék O* G.T.M.	1 308,72	313,09	17,75	5,00	0,42	48,79	2,01	0,80		
		Zsemle, vizes 54g	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, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	      	
TV paprika		16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
Összesen:		5 243,51	1 250,50	50,93	37,77	10,29	173,31	31,04	5,09			
T	2026. 06. 17. szerda (00497) Tej,tojás,halmentes 4-6 év	Gyümölcsle 100%-os	427,85	102,36	1,30	0,36	0,00	21,80	0,00	0,01		
		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, vizes 54g	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		





2026. 06. 17. szerda (00497)		Tej,tojás,halmentes										
E	Paradicsom leves ovi*G.M.	417,28	99,83	1,73	3,14	0,34	15,96	4,00	0,90			
	Tavaszi rizses pulyka ovi D.	1 642,55	392,95	19,37	13,51	2,76	47,86	0,00	1,40			
	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08			
	Összesen:	4 997,36	1 195,53	34,28	44,35	17,55	162,31	9,11	3,83			
U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11			
	Összesen:	4 997,36	1 195,53	34,28	44,35	17,55	162,31	9,11	3,83			
	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
		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	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E	Erdei gyümölcsleves O*	305,41	73,06	0,50	0,23	0,00	16,98	7,27	0,01		
		Borsos tokány O* G.M.	723,90	173,18	12,94	11,34	2,51	4,58	0,00	1,16		
		Tészta köret penne O*G.M.	776,61	185,79	0,96	0,65	0,03	43,80	0,00	0,20		
		Kecs, gluténmentes (gullon)	575,59	137,70	5,70	4,80	0,45	22,50	6,30	0,13		
U	Paprikás szalámi	476,52	114,00	3,60	8,32	4,26	0,20	0,00	0,80			
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15			
	Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77			
Összesen:	5 084,19	1 216,30	37,41	42,36	14,77	166,78	25,52	4,40				





2026. 06. 19.

péntek

(00497)
Tej, tojás, halmentes 4-6 év

T	Kókuszital	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07		
	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	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
	E	Gulyásleves marhahússal O*D.	649,43	155,37	9,17	6,42	0,64	10,75	0,10	1,12	
		Gluténmentes kakaós csiga 100g	1 132,78	271,00	1,30	10,00	4,30	44,00	6,80	0,04	
	U	Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06	
		Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96	
	Összesen:		5 518,80	926,03	26,27	66,73	45,32	154,28	9,74	3,29	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

