



Tételes étlap 2026.07.13. - 2026.07.19.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 07. 13. hétfő	(00482) Gyermekek (7-10 év)	T	Tea Instant I*	191,55	45,83	0,93	0,05	0,01	10,33	10,29	0,16	 	
			Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
			Szel.Trap.sajt, zsíros	466,33	111,56	8,31	8,43	5,36	0,48	0,00	0,73	 	
			Rozsos kenyér	506,50	121,17	3,30	0,40	0,05	25,00	0,25	0,75		
			Paradicsom	27,47	6,57	0,30	0,06	0,01	1,20	0,00	0,00		
		E	Legényfogó leves(papr.) I*	744,76	178,17	12,93	9,23	2,42	10,49	0,41	0,64	 	
			Túrós batyu isk	2 664,48	637,44	24,70	17,18	8,08	95,79	22,40	0,51	    	
		U	Pizzás stangli 80g	1 193,81	285,60	9,12	5,64	3,27	43,08	3,64	1,40	               	
			Összesen:	6 008,08	1 437,34	59,59	45,99	20,60	186,37	36,99	4,31		
2026. 07. 14. kedd	(00482) Gyermekek (7-10 év)	T	Limonádé I*	295,88	70,78	0,13	0,09	0,00	16,15	14,99	0,00		
			Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
			Sonkaszalámi	109,10	26,10	3,36	0,84	0,33	1,29	0,15	0,84		
			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	Tarhonyaleves I*	601,36	143,87	4,16	5,59	0,61	19,46	0,27	0,95	 	
			Vagdalt (Stefania) I*	1 550,62	370,96	16,45	28,31	7,60	12,05	0,25	1,18	 	







2026. 07. 16. csütörtök	Gyermekek (7-10 év)	T	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01	
		E	Limonádé I*	295,88	70,78	0,13	0,09	0,00	16,15	14,99	0,00	
			Brassói aprópecsenye suil*	2 555,90	611,46	28,64	27,28	5,08	60,98	0,00	1,42	
			Tzatziki saláta *I	248,31	59,40	2,15	2,88	1,86	6,09	3,30	2,45	
			Meggyes pite I*	707,94	169,36	3,37	5,88	2,70	25,42	12,02	0,19	
		U	Pogácsa Tepertős 100g	1 956,24	468,00	11,68	26,86	12,49	42,27	2,31	2,99	
			Összesen:	6 538,28	1 564,17	51,44	68,90	23,89	175,32	33,52	8,00	
2026. 07. 17. péntek	Gyermekek (7-10 év)	T	Gyümölcslé 0,2- es 100%	192,28	46,00	0,00	0,00	0,00	11,00	10,00	0,00	
			Körözött túró házi isk*	237,28	56,76	5,20	3,11	2,01	1,93	1,45	0,34	
			Kifli, graham 50g	536,95	128,46	5,67	2,60	1,49	20,45	0,00	0,76	
		E	Csontleves tésztabetéttel I*	270,40	64,69	3,19	1,40	0,20	9,81	0,00	1,14	
			Csőben sült cs.melles zölds.*I	2 156,64	515,94	34,53	21,60	7,76	46,52	0,75	2,24	
			Görögdinnye	195,16	46,69	0,75	0,30	0,00	9,75	0,00	0,02	
		U	Teljes kiőrlésű tökmagos pereg	1 517,34	363,00	10,31	6,87	3,34	55,27	8,94	1,29	
			Összesen:	5 106,05	1 221,54	59,65	35,88	14,80	154,73	21,14	5,79	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

