



Tételes étlap 2025.07.14. - 2025.07.20.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 07. 14. hétfő	(00533) Törökmogyoró mentes 4-6 év	T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
			Szel.Trap.sajt	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49		
			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		
		E	Legényfogó leves O* T.M.	439,19	105,07	7,64	4,81	1,04	7,63	0,48	0,89		
			Gránátos kocka O*	1 608,82	384,88	11,40	9,69	1,24	62,23	0,00	0,98		
			Csemege uborka	34,52	8,26	0,36	0,06	0,00	1,56	0,00	1,44		
		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		
			Összesen:	5 294,55	1 266,62	41,24	49,91	14,87	159,39	22,26	6,32		





2025. 07. 15. kedd	Törökmogyoró mentes 4-6 év (00533)	T	Kakaó 0,2l (Pöttyös)	538,44	128,81	7,00	1,00	0,54	22,80	22,80	0,23		
			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		
			Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
		E	Tarhonyaleves O*	387,45	92,69	2,65	3,36	0,38	12,92	0,10	0,67		
			Grill virsli O* diéta	700,25	167,52	8,13	14,86	5,19	0,13	0,00	1,63		
			Zöldbabfőzelék O* T.M.	538,01	128,71	5,12	4,25	0,42	17,10	0,00	0,60		
			Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,92	0,39		
		U	Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Összesen:	4 742,22	1 134,49	41,12	36,62	10,18	156,35	43,86	5,77		





2025. 07. 16. szerda (00533) Törökmogyoró mentes 4-6 év												
T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00			
	Szendvicsskrém, 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			
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
	E Karalábéleves ovi* tojás	309,49	74,04	1,78	3,90	0,44	7,78	0,00	1,28			
	Borsos tokány O* TM.	723,68	167,65	13,12	11,36	2,52	4,38	0,00	1,16			
	Tészta köret orsó O*	1 068,35	255,59	9,00	4,82	0,69	43,74	0,00	0,77			
	U Őszibarack	161,93	38,74	0,80	1,00	0,00	6,00	0,00	0,01			
	Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32			
	Összesen:	4 046,99	958,78	37,43	26,89	7,27	139,84	20,26	4,52			
2025. 07. 17. csütörtök (00533) Törökmogyoró mentes 4-6 év												
T	Kakaó 0,2l (Pöttyös)	538,44	128,81	7,00	1,00	0,54	22,80	22,80	0,23			
	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			
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01			
E	Csontleves tésztával ovi*diéta	173,69	41,55	2,13	1,17	0,17	5,66	0,00	0,97			
	Brassói aprópecsenye ovi*	1 890,48	452,27	21,94	21,75	4,05	40,90	0,00	1,37			





2025. 07. 17. csütörtök	(00533) Törökmogyoró mentes 4-6 év	E	Uborka saláta (friss) ovi	213,06	50,97	0,73	0,08	0,00	11,77	9,99	1,98		
		U	Paprikás szalámi	357,39	85,50	2,70	6,24	3,20	0,15	0,00	0,60		
			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:	5 743,18	1 373,95	50,20	59,75	16,54	150,33	36,59	7,00		
2025. 07. 18. péntek	(00533) Törökmogyoró mentes 4-6 év	T	Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			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		
		E	Zöldségleves ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06		
			Natúr Csirkemell ovi tojás	669,71	160,22	18,24	7,27	0,91	5,28	0,00	0,92		
			Bulgur köret O*TM	1 034,02	247,37	7,37	5,44	0,67	45,52	0,00	0,52		
			Párolt zöldség roy O* T.M.	612,48	146,53	5,95	7,82	0,57	12,18	0,01	0,82		
			Görögdinnye	195,16	46,69	0,75	0,30	0,00	9,75	0,00	0,02		
		U	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		
			Összesen:	5 562,45	1 330,73	55,64	44,07	8,95	176,95	19,98	5,71		





.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

