



Tételes étlap 2026.01.12. - 2026.01.18.													
	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. 01. 12. hétfő	Tej-tojás-csirkehúsmentes 7-14 év (00546)	E	Legényfogó leves I*T.M.	588,52	140,80	10,81	6,36	1,44	9,84	0,40	1,13		
			Almás rakott tészta*I GM	2 198,61	525,98	5,79	6,58	0,82	108,84	20,78	0,13		
			Összesen:	2 787,13	666,78	16,60	12,94	2,26	118,68	21,18	1,26		
2026. 01. 13. kedd	Tej-tojás-csirkehúsmentes 7-14 év (00546)	E	Tárkonyos zöldség leves I*T.M.	446,20	106,75	1,97	6,32	0,71	10,20	0,61	1,83		
			Majorannás pulyka apróhús I*	885,94	211,95	16,68	15,07	3,35	2,14	0,00	0,92		
			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	       	
			Összesen:	3 664,44	876,67	47,69	29,61	4,92	102,69	5,95	4,58		





2026. 01. 14. szerda (00546) Tej-tojás-csirkehúsmentes 7-14 év	E	Kertészleves I*	436,56	104,44	3,43	5,06	0,55	11,01	0,00	0,86		
		Tarhonyáshús (sertés) I*T.T.M.	2 374,36	568,03	18,52	27,99	7,92	59,17	0,00	1,02		
		Savanyú káposzta	66,53	15,92	0,88	0,16	0,00	2,72	0,00	0,71		
		Összesen:	2 877,45	688,39	22,83	33,21	8,47	72,90	0,00	2,59		





2026. 01. 15. csütörtök (00546) Tej-tojás-csirkehúsmentes 7-14 év	E	Paradicsom leves I*T.T.M.	784,00	187,56	3,12	7,96	0,87	25,53	7,99	1,25	 	
		Sült hal isk	848,29	202,94	20,31	9,39	1,65	8,36	0,06	1,11		
		Burgonya petrezselymes I*	1 090,19	260,81	6,34	3,29	0,38	50,20	0,00	1,60		
		Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01		
		Összesen:	2 982,14	713,43	30,67	20,94	2,90	96,84	8,05	3,97		





2026. 01. 16. péntek (00546) Tej-tojás-csirkehúsmentes 7-14 év	E	Zöldségleves sulitaj- tojásm.	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33	 	
		Vadas pulyka csíkok I* T.M.	1 091,52	261,13	18,99	11,79	2,95	19,33	5,00	1,86	    	
		Bulgur köret I*TM	1 568,57	375,26	11,06	8,62	1,05	68,28	0,00	0,63		
		Összesen:	3 039,77	727,22	32,62	24,48	4,43	98,28	5,00	3,82		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

