



## Tételes étlap 2026.01.12. - 2026.01.18.

|                        | Diéta                     |   | Étlap tétel                   | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsírsv (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének | Fogy. ár |
|------------------------|---------------------------|---|-------------------------------|--------------|----------------|-------------|----------|--------------|----------------|-----------|--------|------------|----------|
| 2026. 01. 12.<br>hétfő | (00001)<br>Felnőtt A menü | E | Legényfogó leves F*           | 926,44       | 221,64         | 16,12       | 11,54    | 3,03         | 12,95          | 0,52      | 1,19   |            |          |
|                        |                           |   | Almás-fahéjas gombóc*F        | 606,46       | 145,09         | 3,06        | 4,91     | 0,53         | 21,99          | 0,00      | 1,57   |            |          |
|                        |                           |   | Vaniliasodó F*                | 847,27       | 202,70         | 6,84        | 3,04     | 1,63         | 37,04          | 16,98     | 0,27   |            |          |
|                        |                           |   | Összesen:                     | 2 380,17     | 569,43         | 26,02       | 19,49    | 5,19         | 71,98          | 17,50     | 3,03   |            |          |
|                        | (00002)<br>Felnőtt B menü | E | Legényfogó leves F*           | 926,44       | 221,64         | 16,12       | 11,54    | 3,03         | 12,95          | 0,52      | 1,19   |            |          |
|                        |                           |   | Szilvás lepény*F              | 3 180,37     | 760,85         | 21,33       | 16,77    | 3,83         | 129,29         | 25,03     | 0,15   |            |          |
|                        |                           |   | Összesen:                     | 4 106,81     | 982,49         | 37,45       | 28,31    | 6,86         | 142,24         | 25,55     | 1,34   |            |          |
| 2026. 01. 13.<br>kedd  | (00001)<br>Felnőtt A menü | E | Tárkonyos zöldség leves F*    | 741,55       | 177,40         | 4,91        | 10,66    | 2,43         | 15,00          | 0,87      | 1,06   |            |          |
|                        |                           |   | Sült kolbász F*               | 1 584,08     | 378,97         | 13,00       | 36,54    | 13,53        | 1,00           | 0,00      | 1,80   |            |          |
|                        |                           |   | Lencsefőzelék F*              | 1 675,54     | 400,85         | 23,03       | 8,42     | 0,74         | 57,75          | 4,00      | 1,08   |            |          |
|                        |                           |   | Kenyér teljes kiőrlésű, szel. | 582,24       | 139,29         | 5,55        | 0,73     | 0,04         | 28,13          | 0,00      | 0,58   |            |          |
|                        |                           |   | Összesen:                     | 4 583,41     | 1 096,51       | 46,49       | 56,35    | 16,74        | 101,88         | 4,87      | 4,52   |            |          |
|                        | (00002)<br>Felnőtt B menü | E | Tárkonyos zöldség leves F*    | 741,55       | 177,40         | 4,91        | 10,66    | 2,43         | 15,00          | 0,87      | 1,06   |            |          |
|                        |                           |   | Sült kolbász F*               | 1 584,08     | 378,97         | 13,00       | 36,54    | 13,53        | 1,00           | 0,00      | 1,80   |            |          |
|                        |                           |   | Burgonya főzelék F*           | 1 596,79     | 382,01         | 8,44        | 12,32    | 2,62         | 57,96          | 0,86      | 1,23   |            |          |





|               |           |         |                |                                |                     |          |        |       |       |        |       |      |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
|---------------|-----------|---------|----------------|--------------------------------|---------------------|----------|--------|-------|-------|--------|-------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 2026. 01. 13. | 01. 13.   | (00002) | E              | Kenyér teljes kiőrlésű, szel.  | 582,24              | 139,29   | 5,55   | 0,73  | 0,04  | 28,13  | 0,00  | 0,58 |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
|               |           |         |                | Összesen:                      | 4 504,66            | 1 077,67 | 31,90  | 60,25 | 18,62 | 102,09 | 1,73  | 4,67 |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
| 2026. 01. 14. | szerda    | (00001) | Felhótt A menü | E                              | Kertészleves F*     | 428,31   | 102,47 | 2,75  | 5,96  | 0,66   | 8,61  | 0,07 | 1,34                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
|               |           |         |                | Tarhonyáshús (sertés) F*       | 3 011,87            | 720,54   | 32,50  | 37,53 | 10,35 | 62,31  | 0,00  | 1,56 |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
|               |           |         |                | Savanyú káposzta               | 83,16               | 19,89    | 1,10   | 0,20  | 0,00  | 3,40   | 0,00  | 0,88 |                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
|               |           |         |                | Összesen:                      | 3 523,34            | 842,90   | 36,35  | 43,69 | 11,01 | 74,32  | 0,07  | 3,78 |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
| 2026. 01. 15. | csütörtök | (00001) | Felhótt A menü | E                              | Paradicsom leves F* | 1 036,70 | 204,21 | 5,12  | 10,18 | 1,15   | 33,63 | 9,99 | 1,16                                                                                                                                                                    |     |  |
|               |           |         |                | Bundázott halfilé F*           | 1 571,98            | 376,07   | 30,97  | 15,92 | 2,81  | 26,89  | 0,12  | 1,21 |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
|               |           |         |                | Burgonya petrezselymes F*      | 1 204,93            | 288,26   | 6,86   | 4,26  | 0,49  | 54,25  | 0,00  | 2,00 |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
|               |           |         |                | Narancs                        | 346,21              | 82,82    | 1,20   | 0,40  | 0,00  | 17,00  | 0,00  | 0,01 |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
|               |           |         |                | Összesen:                      | 4 159,82            | 951,36   | 44,15  | 30,76 | 4,45  | 131,77 | 10,11 | 4,38 |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
|               |           | (00002) | Felhótt B menü | E                              | Paradicsom leves F* | 1 036,70 | 204,21 | 5,12  | 10,18 | 1,15   | 33,63 | 9,99 | 1,16                                                                                                                                                                    |     |  |
|               |           |         |                | Resztelt csirkemáj *F          | 1 047,25            | 250,54   | 25,15  | 14,19 | 2,80  | 6,57   | 0,51  | 1,38 |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
|               |           |         |                | Burgonya petrezselymes F*      | 1 204,93            | 288,26   | 6,86   | 4,26  | 0,49  | 54,25  | 0,00  | 2,00 |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
|               |           |         |                | Körtebefótt, hámozott darabolt | 404,23              | 96,70    | 0,30   | 0,00  | 0,00  | 23,70  | 23,70 | 0,01 |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
|               |           |         |                | Narancs                        | 346,22              | 82,83    | 1,20   | 0,40  | 0,00  | 17,00  | 0,00  | 0,01 |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
|               |           |         |                | Összesen:                      | 4 039,33            | 922,54   | 38,63  | 29,03 | 4,44  | 135,15 | 34,20 | 4,56 |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |





|                         |           |                           |  |          |                       |          |        |       |        |      |        |       |      |  |  |  |  |  |  |
|-------------------------|-----------|---------------------------|--|----------|-----------------------|----------|--------|-------|--------|------|--------|-------|------|--|--|--|--|--|--|
| 2026. 01. 16.<br>péntek |           | (00001)<br>Felnőtt A menü |  | E        | Daragaluska leves F*  | 770,38   | 184,30 | 4,90  | 7,02   | 0,91 | 25,09  | 0,07  | 1,33 |  |  |  |  |  |  |
|                         |           |                           |  |          | Csirke vadas módra F* | 1 447,46 | 346,28 | 29,20 | 11,82  | 3,28 | 30,10  | 10,28 | 2,54 |  |  |  |  |  |  |
|                         |           |                           |  |          | Bulgur köret F*       | 1 932,06 | 462,21 | 13,57 | 10,78  | 1,32 | 83,79  | 0,01  | 0,54 |  |  |  |  |  |  |
|                         |           |                           |  |          | Összesen:             | 4 149,90 | 992,79 | 47,67 | 29,62  | 5,51 | 138,98 | 10,36 | 4,41 |  |  |  |  |  |  |
|                         |           | (00002)<br>Felnőtt B menü |  | E        | Daragaluska leves F*  | 770,38   | 184,30 | 4,90  | 7,02   | 0,91 | 25,09  | 0,07  | 1,33 |  |  |  |  |  |  |
|                         |           |                           |  |          | Zúzapörkölt F*        | 1 590,95 | 380,61 | 30,42 | 26,98  | 5,88 | 5,45   | 0,73  | 1,48 |  |  |  |  |  |  |
|                         |           |                           |  |          | Galuska köret F*      | 1 924,89 | 460,50 | 17,82 | 5,42   | 0,69 | 84,55  | 0,07  | 0,84 |  |  |  |  |  |  |
|                         | Összesen: |                           |  | 4 286,22 | 1 025,41              | 53,14    | 39,42  | 7,48  | 115,09 | 0,87 | 3,65   |       |      |  |  |  |  |  |  |

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

