



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	(00492) Tejmentes 4-6 év	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
			EUROFOOD baromfifrém 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		
			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		
			Almás rakott tészta*O TM	2 148,77	514,06	12,11	20,57	14,49	69,21	13,19	0,45		
		U	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, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Összesen:	4 894,21	1 170,86	38,83	41,42	20,06	156,98	25,72	3,96		
2026. 01. 13. kedd	(00492) Tejmentes 4-6 év	T	Gyümölcsle 100%-os	427,85	102,36	1,30	0,36	0,00	21,80	0,00	0,01		
			Pulykamell sonka	90,29	21,60	2,40	1,00	0,32	0,52	0,26	0,44		
			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		
			Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
		E	Tárkonyos zöldség levesO*GTM.	290,68	69,54	1,36	3,91	0,44	7,04	0,40	1,23		





2026. 01. 13. kedd	(00492) Tejmentes 4-6 év	E	Majorannás pulyka apróhús O*	664,45	158,96	12,51	11,30	2,51	1,60	0,00	0,69		
			Lencsefőzelék O* T.M.	1 170,33	279,98	17,05	5,02	0,42	41,31	2,00	0,82	  	
			Zsemle, vizes 54g	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,92	0,39	      	
		U	Mákos puszedli*diéta	619,48	148,20	4,20	4,86	0,30	20,40	11,40	0,53		
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
			Összesen:	4 922,93	1 177,73	48,83	38,63	7,20	152,35	16,88	5,04		
2026. 01. 14. szerda	(00492) Tejmentes 4-6 év	T	Kókuszital	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07		
			Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,00	0,90		
			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	      	
		E	Kertészleves O*	305,18	73,01	2,61	3,08	0,33	8,50	0,00	0,64		
			Tarhonyáshús (sertés) O*	1 807,12	432,33	19,50	22,52	6,21	37,38	0,00	0,85	 	
			Savanyú káposzta	49,90	11,94	0,66	0,12	0,00	2,04	0,00	0,53		
		U	Méz	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
			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:	6 766,37	1 224,49	44,05	100,40	54,33	138,50	20,00	4,83		





2026. 01. 15. csütörtök (00492) Tejmentes 4-6 év												
T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13	 		
	Főtt tojás ovi*	110,48	26,43	2,16	1,92	0,50	0,10	0,10	0,06			
	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			
	E Paradicsom leves O*	484,85	94,09	2,58	4,16	0,47	16,88	5,00	0,63	  		
	Sült hal ovi	768,29	183,80	16,29	9,05	1,50	8,36	0,06	0,89			
	Burgonya petrezselymes O*	859,13	205,53	5,09	2,26	0,26	40,20	0,00	1,20			
	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01			
	U Almás fahéjas rétes*diéta	1 266,54	303,00	6,50	15,00	12,00	32,00	18,00	0,52			
	Összesen:	4 950,37	1 162,38	40,44	43,96	17,82	148,95	33,27	4,37			
2026. 01. 16. péntek (00492) Tejmentes 4-6 év												
T	Epres rizstej TM*	349,30	83,56	0,72	1,91	0,24	15,78	7,99	0,00			
	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			
E	Zöldségleves ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06			





2026. 01. 16. péntek	(00492) Tejmentes 4-6 év	E	Csirke vadas módra O*TM	767,65	183,65	17,03	4,93	0,62	17,47	5,39	1,50	   	
			Bulgur köret O*TM	1 034,02	247,37	7,37	5,44	0,67	45,52	0,00	0,52		
		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:	5 462,81	1 302,96	43,52	51,78	15,57	160,88	17,18	6,12		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

