



Tételes étlap 2026.07.27. - 2026.08.02.

	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. 07. 27. hétfő	(00472) Tej-tojásmentes 1-3 év	R	Fahéjas karamellás tej B. TM	518,66	124,08	0,72	1,91	0,24	25,85	17,98	0,00		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,04	0,10		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		T	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
		E	Rakott karfiol bulgur B* T.M.	1 092,20	261,29	13,03	15,19	4,04	19,26	0,20	1,18		
		U	Szendvicskrém, vegán (diétás)	153,62	36,75	0,15	3,60	3,15	0,96	0,00	0,21		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Retek - piros	2,44	0,58	0,05	0,00	0,00	0,09	0,00	0,01		
			Összesen:	3 707,68	886,99	26,87	29,62	9,79	126,74	21,90	3,05		
2026. 07. 28. kedd	(00472) Tej-tojásmentes 1-3 év	R	Csipkebogyótea bölcsei	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00		
			Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,04	0,10		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		E	Fűszeres cs.melcsíkok B* T.M.	425,34	101,76	12,51	5,16	0,65	1,21	0,00	0,88		





2026. 07. 28. kedd	Tej-tojásmentes 1-3 év (00472)	E	Finomfőzelék bölcsi T.M.	745,28	178,30	6,60	5,03	0,55	26,24	3,20	0,69		
		U	Harcsapástétom 50g	349,03	83,50	0,00	7,60	1,03	1,48	0,05	0,33		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00		
			Összesen:	3 707,46	886,96	34,39	31,13	6,04	111,84	12,07	3,95		
	Tej-tojásmentes 1-3 év (00472)	R	Csipkebogyótea bölcsi	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00		
			Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,00	0,44		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,04	0,10		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Paradicsom	27,47	6,57	0,30	0,06	0,01	1,20	0,00	0,00		
		T	Őszibarack	161,93	38,74	0,80	1,00	0,00	6,00	0,00	0,01		
		E	Gulyásleves bölcsi*	439,35	105,11	6,71	4,07	0,95	10,08	0,00	0,33		
			Gluténmentes kakaós csiga 100g	1 132,78	271,00	1,30	10,00	4,30	44,00	6,80	0,04		
		U	Sajt helyettesítő, szeletelt (	244,11	58,40	0,10	4,60	3,20	4,20	0,00	0,40		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,04	0,10		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
			Összesen:	4 285,31	1 019,31	24,77	39,05	14,20	140,30	15,56	2,96		





2026. 07. 30. csütörtök (00472) Tej-tojásmentes 1-3 év	R	Kókuszital	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
		Karottakrém B*T.M.	154,69	37,01	0,22	3,53	0,95	1,03	0,02	0,28		
		Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
	T	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
	E	Natúr Csirkemell B.	478,36	114,44	13,03	5,19	0,65	3,77	0,00	0,68		
		Parajfőzelék mir. bölcsi T,M.	477,19	114,16	5,43	1,37	0,13	19,76	3,47	0,98		
		Pírtott burgonya 100 g	532,98	127,51	2,50	3,93	0,45	20,00	0,00	0,11		
	U	Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,04	0,10		
		Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Összesen:	5 351,35	984,54	41,12	67,27	43,06	131,01	10,42	4,43		
2026. 07. 31. péntek (00472) Tej-tojásmentes 1-3 év	R	Kókuszital	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
		Padlizsánkrém*TM	20,33	4,86	0,22	0,05	0,00	0,87	0,00	0,60		





2026. 07. 31. péntek (00472) Tej-tojásmentes 1-3 év	R	Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	      	
	T	Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
	E	Eszterházy csirkeragu B*T.M.	430,79	103,06	12,85	4,36	0,55	2,96	0,00	1,15	   	
		Tészta kör. szarvacska B*GM	599,61	143,45	0,64	2,60	0,26	29,20	0,00	0,20		
	U	Májpástétom bölcsi T.M.	436,75	104,49	3,42	9,61	2,36	0,96	0,04	1,12	 	
		Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	      	
		Újhagyma	1,62	0,39	0,02	0,00	0,00	0,09	0,00	0,00		
		Összesen:	4 617,51	808,98	33,98	50,34	32,00	131,04	3,72	4,72		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

