



Tételes étlap 2026.08.10. - 2026.08.16.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 08. 10. hétfő	Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6 (00705)	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
			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, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		E	Mustáros pulykaragu leves O*TM	2 102,83	503,07	17,77	40,32	21,00	16,57	0,00	0,91		
			Gránátos kocka ovi* G.M.	1 413,56	338,17	3,36	8,07	0,87	62,29	0,00	0,60		
			Csemege uborka	34,52	8,26	0,36	0,06	0,00	1,56	0,00	1,44		
		U	Gluténmentes ostya (kg)	700,56	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	0,99	0,95		
			Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
					Összesen:	6 152,79	1 471,96	31,65	67,46	27,74	182,19	11,20	5,35





kedd

Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6
(00705)

T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13	 	
	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	      	
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	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		
	Sült csirkecomb filé O*	726,23	173,74	16,73	11,59	1,89	0,43	0,00	1,37		
	Zöldborsófőzelék ovi* T,M,	914,49	218,78	12,01	4,70	0,46	31,52	2,20	0,62		
	Zsemle, vizes 54g	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,92	0,39	      	
U	Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	16,13	0,01		
	Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	      	
	Összesen:	4 870,29	1 165,14	47,44	37,40	9,42	155,51	31,20	5,67		





2026. 08. 12. szerda												
Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6 (00705)												
T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13	 		
	Szendvicskrém, vegán (diétás)	204,82	49,00	0,20	4,80	4,20	1,28	0,00	0,28	 		
	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	Rántott leves O*tojásm.	216,36	49,99	0,18	3,86	0,44	3,76	0,03	0,88		
		Natúr Csirkemell ovi tojás	669,71	160,22	18,24	7,27	0,91	5,28	0,00	0,92		
		Petrezselymes rizs,barna O*	983,41	235,27	4,24	6,67	0,77	39,29	0,00	0,80		
		Őszibarackbefőtt, hámozott	220,22	52,68	0,30	0,00	0,00	12,72	12,72	0,00		
	U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Puffasztott rizs	645,39	154,40	3,28	0,84	0,20	32,96	0,72	0,00		
	Összesen:	3 974,88	949,16	34,03	24,71	6,76	145,14	23,52	3,80			



2026. 08. 13. csütörtök	Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6 (00705)	T	Zabital csokoládé 200 ml	401,28	96,00	4,40	3,20	0,60	11,80	9,00	0,42		
			Ínyenc sonka	85,40	20,43	3,28	0,48	0,18	0,70	0,00	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	      	
			TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
		E	Gyümölcslé 100%-os	427,85	102,36	1,30	0,36	0,00	21,80	0,00	0,01		
			Bolognai szósz O*G.T.M.	1 045,28	250,07	11,88	20,26	5,74	5,19	0,17	1,64		
			Tészta köret spagetti O G.M	855,55	204,68	0,96	2,74	0,26	43,80	0,00	0,29		
		U	Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	      	
			Összesen:	4 957,29	1 182,04	34,67	39,22	10,09	168,69	29,11	4,49		





2026. 08. 14. péntek (00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13	 	
		Zala felvágott	182,24	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,00	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	       	
	E	Paradicsom leves ovi* to	416,98	99,76	1,97	3,16	0,34	15,69	4,00	0,90	 	
		Sárgarépás cukkini p.ragu O*	746,31	174,80	13,33	11,48	2,53	5,17	0,00	0,74		
		Burgonya sós *O	705,50	168,78	4,50	0,36	0,05	36,00	0,00	0,61		
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	U	Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,00	0,52	   	
		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:	4 670,03	1 113,49	39,80	41,82	10,61	141,14	16,01	5,19		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

