



Tételes étlap 2026.08.24. - 2026.08.30.

	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. 08. 24. hét	Tej, tojás, halmentes 4-6 év (00497)	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		
			Sárgarépa friss	33,63	8,04	0,24	0,04	0,01	1,62	0,00	0,06		
		E	Lencseleves húsos (sertés) O*	981,16	234,73	12,22	11,23	2,67	20,85	0,00	0,89		
			Darás metélt Ovi* T.T.M.	1 674,88	400,69	3,41	4,38	0,42	86,40	24,25	0,40		
			Barackíz	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	14,26	0,00		
		U	Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96		
			Gyümölcsle 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
			Összesen:	5 580,87	1 335,13	24,23	35,04	10,73	228,66	49,62	3,76		





2026. 08. 25. kedd (00497) Tej,tojás,halmentes 4-6 év	T	Kókuszital	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07	
		Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15	
		Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40	
		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	Zöldségleves O*G.M.	295,34	70,65	1,45	3,12	0,34	8,62	0,03	0,84	
		Csirke aprópecsenye O*TM	242,56	58,03	0,48	5,72	0,63	1,52	0,17	0,56	
		Zöldbabfőzelék O* G.T.M.	543,76	130,09	3,84	4,37	0,46	17,66	0,06	0,60	
		Zsemle, vizes 54g	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,92	0,39	
	U	Gluténmentes kakaós csiga 100g	1 132,78	271,00	1,30	10,00	4,30	44,00	6,80	0,04	
	Összesen:	5 573,34	939,07	22,72	81,87	48,21	130,54	9,98	3,82		

2026. 08. 26. szerda (00497) Tej,tojás,halmentes 4-6 év	T	Tejeskávét ovi T.M.	435,98	104,30	0,74	1,91	0,24	20,93	12,99	0,00	
		Szendvicsskrém, 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	
		Póréhagyma	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,00	
	E	Limonádé O*	199,18	47,65	0,09	0,03	0,00	10,92	9,99	0,00	
		Flekkén*O	776,35	185,73	17,10	12,32	2,95	1,38	0,00	0,24	
		Burgonya sós *O	705,50	168,78	4,50	0,36	0,05	36,00	0,00	0,61	





2026. 08. 26. szerda	Tej,tojás,halmentes (00497)	E	Káposztasaláta ovi	177,90	42,56	1,33	0,17	0,02	8,65	4,00	0,33		
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		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:	4 352,82	1 041,35	37,35	20,47	6,87	171,77	46,79	2,95		
2026. 08. 27. csütörtök	Tej,tojás,halmentes 4-6 év (00497)	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
			Zala felvágott	182,25	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		
			TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
		E	Tarhonyaleves ovi*tojás	225,33	53,91	1,41	0,27	0,03	11,48	0,10	1,25		
			Csirkemell sült zölds cukk. O*	491,98	117,70	15,66	3,51	0,48	5,67	0,00	0,75		
			Petrezselymes rizsköret O*	1 119,30	267,78	4,89	6,68	0,77	46,70	0,07	0,60		
		U	EUROFOOD baromfikrém 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		
			Összesen:	4 250,45	1 012,94	41,44	29,56	7,06	143,15	12,12	5,10		





2026. 08. 28. péntek (00497) Tej,tojás,halmentes 4-6 év	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
		Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,00	0,90		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
		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	Gulyásleves O*	522,09	124,90	7,85	5,38	1,20	10,90	0,00	0,51		
		Sonkás tészta ovi*TTM	2 834,29	678,06	15,81	27,99	12,41	89,25	0,30	1,75		
	U	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
		Puffasztott rizs	645,39	154,40	3,28	0,84	0,20	32,96	0,72	0,00		
	Összesen:		6 084,75	1 455,68	39,17	58,80	21,66	188,60	11,15	4,27		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

