



Tételes étlap 2026.09.07. - 2026.09.13.

	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. 09. 07. hétfő	(00494) Sertéshús mentes 4-6 év	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
			Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,00	0,52		
			Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
			Zsemle graham 60g	1 207,60	288,90	10,37	2,39	0,78	51,39	0,04	1,13		
		E	Sajtgombóc leves O*	417,95	99,99	3,87	4,97	1,17	9,67	0,02	0,63		
			Chilis bab O* sertésmentes	1 481,95	341,39	20,03	13,13	2,80	38,63	0,00	3,84		
			Félbarna kenyér	406,30	97,20	3,46	0,46	0,11	19,32	0,36	0,58		
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		U	Grissini 65g	1 051,48	251,55	5,99	7,00	3,78	31,88	2,97	1,85		
			Összesen:	5 093,71	1 205,45	48,56	32,30	9,74	166,29	11,60	8,78		
2026. 09. 08. kedd	(00494) Sertéshús mentes 4-6 év	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
			Fekete áfonya dzsem	203,11	48,59	0,05	0,00	0,00	11,94	11,94	0,00		
			Búza kenyér	540,06	129,20	4,60	0,58	0,15	25,68	0,00	0,78		
		E	Húsleves ovi*csirke	570,14	136,40	18,07	4,48	1,08	5,68	0,00	1,43		
			Grill csirkemell O	447,05	106,95	17,30	3,95	0,54	0,41	0,00	0,82		
			Paradicsomos káposzta O*	625,68	133,26	4,52	4,27	0,47	22,72	4,00	0,76		





2026. 09. 08. kedd	(00494) Sertéshús mentes 4-6 év	E	Rozsos kenyér	303,90	72,70	1,98	0,24	0,03	15,00	0,15	0,45		
		U	Pogácsa leveles 100g	1 621,84	388,00	8,84	10,75	7,25	45,09	5,08	1,64		
			Kockasajt ízesített, félzs. 17,5	143,37	34,30	1,92	2,62	1,71	0,82	0,71	0,15		
			Összesen:	4 608,06	1 085,98	58,02	26,93	11,24	135,58	30,09	6,16		
2026. 09. 09. szerda	(00494) Sertéshús mentes 4-6 év	T	Epres tej O*	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			Körözött túró, félzsíros	153,82	36,80	4,08	2,00	1,30	0,76	0,07	0,20		
			Kornspitz 70g	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23		
			Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
		E	Magyaros Burgonyaleves O*	589,75	141,09	3,44	5,85	0,72	18,79	0,30	0,89		
			Hentes tokány p. O*sertésm.	598,08	143,08	13,07	8,10	2,14	4,29	0,00	0,86		
			Tészta kör. szarvacska O*	1 068,35	255,59	9,00	4,82	0,69	43,74	0,00	0,96		
		U	Búrkifli, mákos 100g	1 338,64	320,25	6,03	10,19	4,93	39,60	0,00	0,31		
			Összesen:	5 228,66	1 250,88	53,37	39,38	13,68	155,60	1,31	5,72		





2026. 09. 10. csütörtök	(00494) Sertéshús mentes 4-6 év	T	Tejeskávé ovi	456,91	109,31	6,82	3,00	1,63	13,75	3,00	0,27		
			Teljes kiőrlésű sajtos párna 1	2 390,96	572,00	9,40	37,00	19,00	48,00	4,20	2,30		
		E	Zabgaluskás leves O*	376,48	90,07	3,01	3,70	0,45	10,79	0,04	0,30		
			Sült csirkecomb filé O*	726,23	173,74	16,73	11,59	1,89	0,43	0,00	1,37		
			Meggymártás O*	1 118,52	267,59	1,72	0,86	0,00	60,93	39,95	0,02		
		U	Szel.Trap.sajt, zsíros	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49		
			Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
			Zsemle rozsos 60g	1 060,05	253,60	8,75	1,40	0,41	49,28	0,87	1,18		
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
			Összesen:	6 609,75	1 581,28	52,17	66,94	28,00	183,84	48,06	6,03		
2026. 09. 11. péntek	(00494) Sertéshús mentes 4-6 év	T	Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			Lekváros bukta 100g	1 458,82	349,00	7,47	7,54	2,79	61,61	0,00	0,63		
		E	Zöldbableves ovi*	326,86	78,20	2,96	2,38	0,27	11,04	0,00	0,83		
			Itáliai rántott szelet O*serté	1 041,72	249,21	18,97	11,27	1,50	17,69	0,06	1,37		
			Rizi-bizi mir. O*	1 162,64	278,14	6,95	4,98	0,57	51,04	0,01	0,41		
			Céklasaláta, csemege szeletelt	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	8,33	0,74		
		U	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
			Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,00	0,52		





2026. 09. 11.	(00494) Sertéshús montázs	U	Zsemle, tönköly 60g	1 083,46	259,20	9,77	2,63	0,84	44,52	1,54	1,12		
			Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03		
			Összesen:	5 898,71	1 411,17	57,83	35,81	8,69	206,39	9,94	6,01		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

