



Tételes étlap 2026.09.14. - 2026.09.20.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 09. 14. hétfő	(00497) Tej,tojás,halmentes 4-6 év	T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	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		
		E	Sárgaborsó leves pulyka O*G.M.	922,04	220,58	13,69	8,07	1,57	22,89	0,00	1,28		
			Tejbedara szórattal I* T.M.	1 792,70	428,88	7,28	4,08	0,84	89,12	41,96	0,19		
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		U	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		
			Összesen:	6 095,14	1 458,16	38,72	49,19	15,57	210,08	63,74	4,62		





2026. 09. 15. kedd												
(00497)												
Tej,tojás,halmentes 4-6 év												
T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00			
	EUROFOUD májkrém sertés 50 gr	689,70	165,00	4,45	16,10	6,10	0,60	0,00	0,75			
	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 Paradicsom leves ovi*G.M.	417,28	99,83	1,73	3,14	0,34	15,96	4,00	0,90			
	Brokkoli-srúpás csirkeraguOGTM	621,48	148,68	14,77	8,22	2,04	3,70	0,05	1,56			
	Petrezselymes rizsköret O*	1 119,30	267,78	4,89	6,68	0,77	46,70	0,07	0,60			
	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:	4 902,33	1 172,81	38,73	35,82	9,72	170,54	41,91	5,36			
2026. 09. 16. szerda												
(00497)												
Tej,tojás,halmentes 4-6 év												
T	Karamellás tej O* T.M.	517,13	123,72	0,72	1,91	0,24	25,77	17,98	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	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	Gombaleves O* G.T.M.	342,57	81,95	2,19	4,87	0,56	6,79	0,03	0,83			
	Fokhagymás sertéscsíkok O* D.	548,85	131,30	12,71	8,58	2,16	0,67	0,00	1,11			





2026. 09. 16.	(00497)	T	E	Zelleres Burgonyap. ovi*G.T.M.	1 035,39	247,70	5,38	5,14	1,25	43,77	2,02	1,61		
			U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
				Összesen:	4 297,22	1 028,03	31,53	47,11	18,71	118,04	25,04	5,02		
2026. 09. 17. csütörtök	(00497)	T	T	Zabital csokoládé 200 ml	401,28	96,00	4,40	3,20	0,60	11,80	9,00	0,42		
				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		
			E	Csirkebecsinált leves O* G.T.M	448,14	107,21	8,59	5,61	0,99	5,14	0,02	1,02		
				Grill virsli O* diéta	700,25	167,52	8,13	14,86	5,19	0,13	0,00	1,63		
				Parajfőzelék ovi* G.T.M.	634,98	151,91	4,60	5,56	0,59	20,57	2,01	0,85		
				Zsemle, vizes 54g	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,92	0,39		
			U	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		
				TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
				Összesen:	5 084,09	1 212,36	45,89	57,10	15,31	125,34	15,95	7,11		





2026. 09. 18. péntek (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		
		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		
		Sárgarépa friss	33,63	8,04	0,24	0,04	0,01	1,62	0,00	0,06		
	E	Gyümölcslé 100%-os	427,85	102,36	1,30	0,36	0,00	21,80	0,00	0,01		
		Tarhonyáshús (sertés) O*T.T.M.	1 780,77	426,02	13,89	20,99	5,94	44,38	0,00	0,76		
		Csemege uborka	34,52	8,26	0,36	0,06	0,00	1,56	0,00	1,44		
	U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Sós pálcika gluténmentes	724,18	173,25	0,90	4,50	0,32	31,50	3,24	1,67		
		Összesen:	5 726,00	975,60	27,58	74,62	48,53	149,03	5,08	5,07		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

