



Tételes étlap 2026.09.21. - 2026.09.27.

	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. 21. hétfő	(00527) Sertéshús mentes 7-14 év	T	Pulykamell sonka	135,43	32,40	3,60	1,50	0,48	0,78	0,39	0,66		
			Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
			Tönköly kenyér	518,32	124,00	4,95	0,65	0,25	23,00	0,00	0,80		
			TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
		E	Húsos bableves (pulyka) I*	1 561,14	373,48	22,77	11,26	2,69	44,69	0,52	0,95		
			Darás metélt I*	1 920,63	459,48	13,70	8,29	1,07	81,98	5,99	0,93		
			Barackíz	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	14,26	0,00		
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		U	Pizzás stangli 80g	1 193,81	285,60	9,12	5,64	3,27	43,08	3,64	1,40		
			Összesen:	6 026,86	1 435,95	55,20	33,03	9,16	219,19	24,80	4,88		
2026. 09. 22. kedd	(00527) Sertéshús mentes 7-14 év	T	Főtt tojás isk*	138,10	33,04	2,70	2,40	0,62	0,12	0,12	0,07		
			Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
			Zsemle rozsos 60g	1 060,05	253,60	8,75	1,40	0,41	49,28	0,87	1,18		
		E	Vajgaluska leves I*	431,53	103,24	3,65	4,22	1,31	12,55	0,06	0,17		
			Pulyka pörkölt isk*	881,16	210,80	18,08	14,23	3,18	4,33	0,78	1,40		
			Zöldbabfőzelék I*	927,82	221,97	7,77	9,72	2,75	25,26	1,22	0,82		







2026. 09. 25. péntek	2026. 09. 24	(00527)	Sertéshús mentes 7-14 év	U	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
					Összesen:	5 553,40	1 328,56	48,66	54,08	9,26	157,24	25,09	6,02		
				T	Vaj 100g háromnegyed zsíros	63,03	15,08	0,01	1,67	1,03	0,01	0,01	0,00		
					Kornspitz 70g	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23		
					Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00		
				E	Gyümölcsleves I* G.M.60 CH	276,28	66,10	1,12	1,60	0,76	11,11	0,43	0,22		
					Gyros fűsz. csirkecomb. I*	813,78	194,68	19,24	12,26	2,07	1,62	0,00	1,00		
					Burgonyapüré I*	1 115,97	266,98	7,54	6,94	3,17	43,69	0,00	0,71		
					Vegyes saláta I*	89,28	19,20	1,14	0,14	0,01	3,61	0,00	0,03		
					Kapros joghurtos öntet I*	756,25	180,92	2,52	4,20	2,70	3,76	3,74	0,45		
				U	Pulykamell sonka	135,43	32,40	3,60	1,50	0,48	0,78	0,39	0,66		
					Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
					Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
					Összesen:	5 279,15	1 260,80	52,47	39,57	14,12	137,27	7,35	6,19		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

