



Tételes étlap 2026.09.21. - 2026.09.27.

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. 21. hétfő (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		
	Pulykamell sonka	90,29	21,60	2,40	1,00	0,32	0,52	0,26	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 Húsos bablevés (sertés) O*TM	860,75	205,92	13,77	7,29	1,43	21,00	0,00	0,71		
	Darás metélt Ovi* T.T.M.	1 674,88	400,69	3,41	4,38	0,42	86,40	24,25	0,40		
	Barackíz	181,25	43,36	0,08	0,00	0,00	10,70	10,70	0,00		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	U Téliszalámi	324,16	77,55	3,45	7,05	2,85	0,08	0,00	0,68		
	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:	5 696,49	1 358,87	37,05	42,84	11,19	203,20	47,22	4,21		





2026. 09. 22. kedd (00497) Tej,tojás,halmentes 4-6 év											
2026. 09. 23. szerda (00497) Tej,tojás,halmentes 4-6 év	T	Zabital csokoládé 200 ml	401,28	96,00	4,40	3,20	0,60	11,80	9,00	0,42	
		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	
	E	Zöldségleves O*G.M.	295,34	70,65	1,45	3,12	0,34	8,62	0,03	0,84	
		Pulyka pörkölt ovi*	773,54	185,06	15,82	12,53	2,79	3,77	0,68	1,16	
		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	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11	
		Összesen:	4 313,85	1 032,02	40,79	52,18	20,57	99,14	15,64	5,04	
	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13	
		Szendvicskrém, 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	
		Sárgarépa friss	33,63	8,04	0,24	0,04	0,01	1,62	0,00	0,06	
	E	Karalábéleves O*G.M.	311,79	74,59	1,27	3,95	0,45	8,01	0,03	0,89	
		Csirke aprópecsenye O*TM	242,56	58,03	0,48	5,72	0,63	1,52	0,17	0,56	
		Bulgur köret O*TM	1 034,02	247,37	7,37	5,44	0,67	45,52	0,00	0,52	
	U	Gluténmentes pereg	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Összesen:	2 655,35	635,24	16,50	19,60	5,15	100,14	10,25	3,14	





2026. 09. 24. csütörtök											
Tej,tojás,halmentes 4-6 év (00497)											
T	Kókuszital	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07		
	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 Tárkonyos zöldség levesO*GTM.	290,68	69,54	1,36	3,91	0,44	7,04	0,40	1,23		
	Sertés pörkölt O*	876,96	209,80	11,54	17,56	5,43	2,47	0,51	0,88		
	Finomfőzelék O* G.T.M.	741,24	177,33	6,02	4,72	0,52	27,12	3,41	1,02		
	Zsemle, vizes 54g	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,92	0,39		
	U Gesztenye Marci	1 245,64	298,00	3,80	10,50	9,30	46,70	29,00	0,02		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
Összesen:		6 633,03	1 192,59	38,57	95,69	58,16	147,86	36,24	4,94		
2026. 09. 25. péntek											
Tej,tojás,halmentes 4-6 év (00497)											
T	Vaniliás tej 2 dl ovi*TM	553,05	132,31	0,74	1,93	0,24	27,94	14,99	0,00		
	Sonkás szelet, sertés	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	Gyümölcsleves O* G. T.M.	485,90	116,24	0,52	0,15	0,00	27,76	20,94	0,16		
	Gyros fűsz. csirkecomb. O*	652,04	155,99	16,00	9,58	1,65	1,25	0,00	0,77		
	Burgonyapüré O* T.M.	894,81	214,07	4,51	3,81	0,89	39,54	2,81	0,75		





2026. 09. 25. péntek (00497) Tej, tojás, halmentes 4-6	E	Vegyes friss saláta ovi*	136,04	32,55	0,72	0,10	0,02	7,05	4,00	0,21		
	U	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		
		Összesen:	5 253,08	1 256,71	40,09	42,41	10,67	174,49	46,64	4,73		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

