



Tételes étlap 2026.01.19. - 2026.01.25.													
	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. 01. 19. hétfő	Tej-tojás-csirkehúsmentes 7-14 év (00546)	E	Palócleves mir I*T.M.	847,26	202,69	12,81	10,56	2,21	13,68	0,00	1,56		
			Mák szórát I*	878,56	210,18	3,60	12,00	1,50	20,39	12,89	0,01		
			Tészta köret spagetti I. G.M.	1 111,50	265,91	1,28	2,88	0,26	58,40	0,00	0,29		
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
			Összesen:	3 055,44	730,96	18,29	26,04	3,97	102,97	12,89	1,88		
2026. 01. 20. kedd	Tej-tojás-csirkehúsmentes 7-14 év (00546)	E	Csontleves betéttel isk*L.É.	369,53	88,41	2,39	3,96	0,48	10,68	0,00	1,10		
			Főtt hús I*	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
			Paradicsom mártás I*	738,43	144,90	3,25	6,02	0,65	27,14	11,99	1,22		
			Tört burgonya féladag isi*	393,82	94,22	2,75	0,22	0,02	20,24	0,00	1,19		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Összesen:	2 894,30	660,67	35,64	19,11	4,27	92,73	13,83	4,49		





2026. 01. 21. szerda	Tej-tojás-csirkehúsmentes 7-14 év (00546)	E	Erdei gyümölcsleves I*	407,31	97,44	0,66	0,31	0,01	22,65	9,69	0,01		
			Rizseshús isk	2 114,88	505,95	23,29	17,16	3,61	63,97	0,00	1,33		
			Összesen:	2 522,19	603,39	23,95	17,47	3,62	86,62	9,69	1,34		





2026. 01. 22. csütörtök		Tej-tojás-csirkehúsmentes 7-14 év (00546)									
E	Francia zöldségleves I* D.	385,50	92,23	3,25	5,01	0,54	8,29	0,00	0,85		
	Paprikás sertés kocka I*	1 233,80	295,17	15,46	24,91	7,41	3,68	0,68	1,18		
	Kelkáposzta főzelék I*	914,89	218,87	8,92	6,34	0,70	31,01	0,00	0,94		
	Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	Összesen:	3 261,01	780,15	33,88	37,07	8,88	77,25	2,52	3,74		



2026. 01. 23. péntek (00546) Tej-tojás-csirkehúsmentes 7-14 év	E	Zöldségleves sulitőjtojasm.	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33	 	
		Bakonyi tokány isk* TM	1 130,71	270,50	19,51	17,50	3,31	10,18	0,68	0,40		
		Tészta köret penne I* G.M.	1 032,56	247,02	1,28	0,79	0,03	58,40	0,00	0,29		
		Kiwi	381,83	91,35	1,50	0,90	0,00	16,95	0,00	0,02		
		Összesen:	2 924,78	699,70	24,86	23,26	3,77	96,20	0,68	2,04		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

