



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	(00471) 1-3 év tejmentes	R	Kókusztal	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
			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		
			TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
		T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		E	Majorannás pecsenye b	540,30	129,26	10,32	9,40	2,09	0,68	0,00	0,28		
			Kelkáposzta főzelék bölcsi	590,64	141,30	6,20	3,31	0,37	21,31	0,00	0,60		
		U	Karottakrém B*T.M.	154,69	37,01	0,22	3,53	0,95	1,03	0,02	0,28		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Összesen:	4 298,87	726,87	33,18	53,95	35,39	104,64	3,70	2,97		
2026. 01. 20. kedd	(00471) 1-3 év tejmentes	R	Csipkebogyótea bölcsi	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00		
			Sonkakrém házi bölcsi T.M.	232,06	55,52	3,73	4,38	1,18	0,26	0,02	0,59		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Sárgarépa friss	50,44	12,07	0,36	0,06	0,01	2,43	0,00	0,09		
		T	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
		E	Kukoricás csirkeragu*B TM	596,75	142,76	15,65	6,79	0,86	4,58	0,00	0,61		





2026. 01. 20. kedd	1-3 év tejmentes (00471)	E	Párolt rizs B*	901,77	215,73	4,02	4,79	0,56	38,87	0,00	0,50		
		U	EUROFOOD baromfikrém csirkemáj	210,25	50,30	3,37	3,28	0,98	1,64	0,00	0,24		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
				Összesen:	3 718,19	889,51	40,53	21,15	4,05	130,34	8,70	3,61	
2026. 01. 21. szerda	1-3 év tejmentes (00471)	R	Halkrém bölcsei* T.M.	337,69	80,79	4,01	7,09	1,96	16,58	0,02	0,09		
			Kókuszital	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
			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		
		T	Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
		E	Sertés aprópecsenye B* TM	467,41	111,82	10,78	6,89	1,76	1,54	0,00	1,03		
			Burgonyapüré bölcsei*T.M.	717,88	171,74	3,93	1,78	0,38	33,95	2,00	0,83		
			Céklasaláta, csemege szeletelt	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	8,33	0,74		
		U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
			Abonett 100g	289,26	69,20	3,00	0,66	0,12	12,00	0,22	0,16		
				Összesen:	4 918,86	881,06	34,74	61,09	42,76	141,60	15,52	3,84	



2026. 01. 22. csütörtök (00471) 1-3 év tejmentes											
R	Tejeskávés bölcse T.M.	362,92	86,82	0,53	1,33	0,17	18,07	12,37	0,00		
	Tojásrántotta újragymás*B	416,63	99,67	5,40	8,51	1,66	0,25	0,24	0,63		
	Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	T Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
	E Zellerkrémleves (friss)B T.M.	186,98	44,73	1,01	2,09	0,23	5,23	0,40	0,26		
	Bolognai Spagetti bT.M.	1 477,61	331,59	15,01	14,13	3,73	41,59	0,17	0,73		
	U 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		
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	Összesen:	4 263,76	994,21	35,54	31,64	9,40	145,04	16,86	3,37		
2026. 01. 23. péntek (00471) 1-3 év tejmentes											
R	Kókuszital	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
	Májpástétom bölcse T.M.	436,75	104,49	3,42	9,61	2,36	0,96	0,04	1,12		
	Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	Póréhagyma	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,00		
T	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
E	Rakott karfiol kölessel B*TM	1 443,95	345,44	14,14	23,18	8,92	19,99	0,14	1,00		
	Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		





2026. 01. 23	(00471 ,	U	Keksz, gluténmentes	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Összesen:	4 735,74	837,27	29,83	78,00	49,81	82,78	5,13	3,06		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

