



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	(00001) Felnőtt A menü	E	Palócleves mir F*	1 078,28	257,96	12,15	15,12	4,36	17,70	1,29	1,09		
			Mák szórát F*	1 154,63	276,23	4,80	16,00	2,00	26,19	16,18	0,01		
			Tészta köret spagetti F*	1 640,26	392,41	15,00	4,33	0,72	72,90	0,00	1,11		
			Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
			Összesen:	4 164,00	996,18	32,75	36,25	7,08	130,79	17,47	2,23		
2026. 01. 19. hétfő	(00002) Felnőtt B menü	E	Palócleves mir F*	1 078,28	257,96	12,15	15,12	4,36	17,70	1,29	1,09		
			S.barackos-mákos kalács*F	6 717,03	1 606,94	44,25	64,59	15,48	206,51	93,20	1,45		
			Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
			Összesen:	8 086,14	1 934,48	57,20	80,51	19,84	238,21	94,49	2,56		
2026. 01. 20. kedd	(00001) Felnőtt A menü	E	Csontleves tésztabetéttel F*	382,68	91,55	4,46	1,96	0,29	14,00	0,00	1,66		
			Zabpelyhes húsgombóc F*	1 837,11	439,50	23,77	27,20	9,22	24,37	0,04	1,21		
			Paradicsom mártás F*	876,03	173,43	3,60	7,46	0,82	31,73	14,99	1,48		
			Tört burgonya féladag F*	537,03	128,48	3,75	0,30	0,03	27,60	0,00	1,49		
			Félbarna kenyér	812,59	194,40	6,92	0,92	0,21	38,64	0,71	1,16		
			Összesen:	4 445,44	1 027,36	42,50	37,84	10,57	136,34	15,74	7,00		





2026. 01. 21. szerda											
(00001) Felnőtt A menü											
E	Erdei gyümölcsleves F*	509,20	121,82	0,83	0,39	0,01	28,32	12,11	0,01		
	Csirkés rizibizi F*	1 321,60	316,17	26,36	17,65	2,71	12,50	0,02	1,24		
	Összesen:	1 830,80	437,99	27,19	18,04	2,72	40,82	12,13	1,25		
(00002) Felnőtt B menü											
E	Erdei gyümölcsleves F*	509,20	121,82	0,83	0,39	0,01	28,32	12,11	0,01		
	Csirkemell joghurtos fűsz.F*	1 830,06	437,81	32,20	16,72	3,00	14,77	2,45	1,30		
	Rizi-bizi mir. F*	2 189,59	523,83	13,30	12,70	1,44	88,34	0,01	0,81		
	Összesen:	4 528,85	1 083,46	46,33	29,81	4,45	131,43	14,57	2,12		
(00001) Felnőtt A menü											
E	Francia zöldségleves F*	676,75	161,90	5,39	9,30	1,03	13,82	0,02	1,07		
	Paprikás sertés kocka F*	1 542,17	368,94	19,32	31,13	9,26	4,60	0,85	1,47		
	Kelkáposzta főzelék F*	1 055,42	252,49	10,24	7,39	0,82	35,64	0,00	1,16		
	Kukoricás kenyér	815,10	195,00	6,81	0,85	0,23	38,96	1,00	1,05		
	Összesen:	4 089,44	978,33	41,76	48,67	11,34	93,02	1,87	4,75		
(00002) Felnőtt B menü											
E	Francia zöldségleves F*	676,75	161,90	5,39	9,30	1,03	13,82	0,02	1,07		
	Rakott burg fkolbásszal F*	4 430,62	1 059,95	34,30	62,70	27,09	68,87	2,87	4,15		
	Összesen:	5 107,37	1 221,85	39,69	72,00	28,12	82,69	2,89	5,22		





2026. 01. 23. péntek	(00001) Felnőtt A menü	E	Vajgaluska leves F*	503,54	120,46	4,00	4,81	1,59	15,16	0,05	0,20	   	
			Bakonyi tokány (sertés) F*	2 146,76	513,58	29,21	39,43	12,45	11,52	1,54	2,21	 	
			Tészta köret színes F*	1 647,44	394,13	17,00	5,23	0,94	69,29	0,00	1,09	 	
			Kiwi	509,11	121,80	2,00	1,20	0,00	22,60	0,00	0,02		
			Összesen:	4 806,85	1 149,97	52,21	50,67	14,98	118,57	1,59	3,52		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

