



Tételes étlap 2026.09.28. - 2026.10.04.

	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. 28. 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		
			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		
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	E		Erőleves O GM.	492,50	117,82	9,00	2,75	0,24	9,64	0,00	0,95		
			Bolognai szósz O*G.T.M.	1 045,28	250,07	11,88	20,26	5,74	5,19	0,17	1,64		
			Tészta köret spagetti O G.M	855,55	204,68	0,96	2,74	0,26	43,80	0,00	0,29		
			Szőlő	337,04	80,63	0,60	0,30	0,00	18,10	0,00	0,01		
	U		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		
			Összesen:	5 151,87	1 232,50	41,28	45,73	11,98	155,99	12,22	5,36		





2026. 09. 29.

kedd

(00497)

Tej, tojás, halmentes 4-6 év

T	Kókuszital	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07		
	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	      	
	Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
	E										
	Tarhonyaleves ovi*tojás	225,33	53,91	1,41	0,27	0,03	11,48	0,10	1,25		
	Majorannás pulyka apróhús O*	660,69	158,06	12,48	11,29	2,51	1,43	0,00	0,69		
	Lencsefőzelék O* G.T.M.	1 308,72	313,09	17,75	5,00	0,42	48,79	2,01	0,80		
	Zsemle, vizes 54g	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,92	0,39	      	
	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:		6 975,20	1 274,44	57,66	92,92	51,40	153,86	6,83	6,19		





2026. 09. 30. szerda (00497) Tej,tojás,halmentes 4-6 év												
2026. 09. 30. szerda (00497) Tej,tojás,halmentes 4-6 év	T	Kakaó ovi T.M.	582,50	139,35	1,77	2,66	0,58	26,23	17,98	0,12		
		Paprikás szalámi	357,39	85,50	2,70	6,24	3,20	0,15	0,00	0,60		
		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	Mindent bele zöldségleves O*	262,46	62,50	1,52	3,71	0,44	5,71	0,00	0,64		
		Zöldborsós tokány O*GM	791,75	189,41	10,93	12,14	4,26	8,97	0,09	0,12		
		Tört burgonya O*	587,92	140,65	3,75	0,30	0,04	30,00	0,00	0,51		
		Csemege uborka	34,52	8,26	0,36	0,06	0,00	1,56	0,00	1,44		
	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		
		Sárgarépa friss	33,63	8,04	0,24	0,04	0,01	1,62	0,00	0,06		
		Összesen:	4 655,84	1 113,53	33,95	40,87	14,99	143,80	21,81	5,39		
2026. 10. 01. csütörtök (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		
		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		
		Póréhagyma	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,00		
	E	Frankfurti leves ovi* G.T.M.	621,09	148,59	5,94	9,07	2,65	10,19	0,03	1,12		





2026. 10. 01. csütörtök	(00497)	Tej, tojás, halmentes	E	Gluténmentes almás táská	1 179,18	282,10	2,21	13,91	7,41	37,05	4,16	0,26		
			U	Vegán desszert (csokis) 125g	506,82	121,25	3,88	2,88	1,00	18,88	14,75	0,00		
				Sós pálcika gluténmentes	724,18	173,25	0,90	4,50	0,32	31,50	3,24	1,67		
				Összesen:	4 412,97	1 055,74	22,63	42,33	14,69	142,31	32,39	4,66		
2026. 10. 02. péntek	(00497)	Tej, tojás, halmentes 4-6 év	T	Kókuszital	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07		
				Sajt helyettesítő, szeletelt (	244,11	58,40	0,10	4,60	3,20	4,20	0,00	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		
				TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
			E	Karfiol leves O* (fehér)TM	204,39	48,90	0,94	3,86	0,44	2,50	0,00	0,93		
				Fűszeres cs.mellcsíkok O* T.M.	543,83	130,10	15,30	6,37	0,80	2,72	0,00	0,90		
				Sárgarépás rizs ovi*	1 114,23	266,56	4,80	6,68	0,77	46,50	0,00	0,80		
			U	Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	16,13	0,01		
				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:	6 295,81	1 107,99	38,08	86,85	49,20	146,93	19,93	4,95		





.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

