



Tételes étlap 2026.10.05. - 2026.10.11.

	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. 10. 05. hétfő (00507) Diab. 4-6 év 3x étk.		T	Víz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,14		
			Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,00	0,52		
			Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
			Kenyér teljes kiőrlésű, szel.	291,12	69,65	2,78	0,37	0,02	14,07	0,00	0,29		
		E	Sajtgombóc leves O*	417,95	99,99	3,87	4,97	1,17	9,67	0,02	0,63		
			Chilis bab O*diab.	1 556,63	361,45	16,03	19,48	5,42	32,78	0,00	3,35		
		U	Kockasajt natúr 23,75g	181,66	43,46	2,80	6,13	3,94	3,80	2,28	0,30		
			Korpovit keksz (kg)	353,47	84,56	2,89	2,76	0,27	11,95	1,41	0,39		
			Összesen:	3 030,94	714,16	32,07	37,62	11,91	72,43	3,71	5,71		
2026. 10. 06. kedd (00507) Diab. 4-6 év 3x étk.		T	Víz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,14		
			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		
			Tönköly kenyér	310,99	74,40	2,97	0,39	0,15	13,80	0,00	0,48		
		E	Lebbencsleves O*	314,12	75,15	2,02	2,36	0,34	11,55	0,21	0,66		
			Teljes kiőrlésű sajtos csiga 1	1 504,80	360,00	7,76	14,37	9,71	29,72	3,79	0,44		
		U	Körözött túró házi ovi*	192,99	46,17	4,31	2,51	1,63	1,54	1,18	0,33		





2026. 10. 06.	(00507) Diab. 4-6	U	Tönköly kenyér	290,26	69,44	2,77	0,36	0,14	12,88	0,00	0,45	 	
			Póréhagyma	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,00		
			Összesen:	3 399,79	813,35	23,00	36,79	18,02	70,96	5,24	3,25		
2026. 10. 07.	(00507) Diab. 4-6 év 3x étk.	T	Víz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,14		
			Minidzsem 20g-os, diabetikus	54,87	0,00	0,16	0,02	0,00	2,98	0,00	0,02	 	
			Kenyer teljes kiörlesű, szel.	291,12	69,65	2,78	0,37	0,02	14,07	0,00	0,29	 	
		E	Tárkonyos zöldség leves O*	283,22	67,76	2,37	3,16	0,81	7,25	0,32	0,43	  	
			Hentes tokány O*	646,82	152,55	13,74	9,50	2,85	3,40	0,03	1,03	 	
			Szarvacska tészta kör. 30 CH	712,24	170,39	6,00	3,22	0,46	29,16	0,00	0,44	 	
		U	Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
			Kakaós ostyaszelet laktóz-cu	310,99	74,40	0,53	4,35	3,75	9,30	0,36	0,09	       	
			Összesen:	2 415,59	562,58	25,90	20,94	7,89	71,76	0,71	2,45		
2026. 10. 08.	(00507) Diab. 4-6 év 3x étk.	T	Víz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,14		
			Harcsapástétom 50g	139,61	33,40	0,00	3,04	0,41	0,59	0,02	0,13		
			Kifli, korpás 50g	340,67	81,50	2,85	0,54	0,24	15,50	0,94	0,45	       	
			Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
		E	Húsleves hús nélküli O**	267,22	63,93	2,69	1,58	0,19	9,54	0,00	0,35	 	





2026. 10. 08. csütörtök (00507) Diab. 4-6 év 3x étk.	E	Főtt hús O*	532,56	127,41	16,80	6,48	2,31	0,32	0,00	0,17		
		Paradicsomos káposzta O. diab	563,52	134,81	3,96	4,22	0,46	19,56	0,01	1,06		
		Kenyér teljes kiőrlésű, szel.	242,60	58,04	2,32	0,30	0,02	11,72	0,00	0,24		
		U Sajtos tavaszi szelet	173,89	41,60	2,00	3,40	1,36	0,82	0,20	0,38		
		Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
		Kenyér teljes kiőrlésű, szel.	291,12	69,65	2,78	0,37	0,02	14,07	0,00	0,29		
		Összesen:	2 723,26	651,50	33,64	23,70	6,06	72,56	1,17	3,33		
2026. 10. 09. péntek (00507) Diab. 4-6 év 3x étk.	T	Víz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,14		
		Téliszalámi	324,16	77,55	3,45	7,05	2,85	0,08	0,00	0,68		
		Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
		Graham kenyér	371,02	88,76	4,01	0,59	0,16	15,06	1,06	0,42		
		TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E	Ásványvíz 0,5l-es *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Natúr szelet O*	661,82	158,33	13,41	9,56	2,26	4,47	0,00	0,91		
		Rizi-bizi mir. O* diab.	849,87	203,32	4,60	5,40	0,62	33,80	0,00	0,64		
	U	Joghurt cukormentes 150g	313,50	75,00	4,40	3,00	2,00	5,00	4,50	0,18		
		Keks, cukorm. (gullon)	287,79	68,85	2,85	2,40	0,23	11,25	3,15	0,06		
		Összesen:	2 984,43	710,06	32,96	31,81	9,17	70,26	8,71	3,12		





.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

