



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	(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		
			Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,00	0,52		
			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	Zöldségleves O*G.M.	295,34	70,65	1,45	3,12	0,34	8,62	0,03	0,84		
			Chilis bab O*	1 770,16	410,34	18,16	21,75	6,03	38,25	0,00	3,84		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		U	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		
			Összesen:	5 338,64	1 264,03	45,10	49,06	13,03	159,06	13,98	8,50		





2026. 10. 06. kedd													
(00497)													
Tej,tojás,halmentes 4-6 év													
T	Zabital csokoládé 200 ml	401,28	96,00	4,40	3,20	0,60	11,80	9,00	0,42				
	Gluténmentes perec	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
	E Lebbencsleves ovi*tojás	314,72	75,29	1,35	3,03	0,34	10,65	0,10	0,66				
	Almás rakott tészta*O GM	1 648,96	394,49	4,34	4,94	0,62	81,63	15,58	0,09				
	U 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				
	Magvas szendvicsalap*diéta	844,36	202,00	6,50	2,20	0,40	32,00	2,00	0,40				
	Póréhagyma	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,00				
	Összesen:	3 995,95	955,97	19,76	30,17	8,01	137,55	26,74	2,32				
2026. 10. 07. szerda													
(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				
	Fekete áfonya dzsem	203,11	48,59	0,05	0,00	0,00	11,94	11,94	0,00				
	Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77				
E	Tárkonyos zöldség levesO*GTM.	290,68	69,54	1,36	3,91	0,44	7,04	0,40	1,23				
	Hentes tokány O*G.M.	994,71	237,97	11,49	19,20	6,61	4,44	0,00	1,09				
	Tészta kör. szarvacska O*G.M.	873,10	208,87	0,96	3,20	0,32	43,80	0,00	0,20				
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01				
U	Sós pálcika gluténmentes	724,18	173,25	0,90	4,50	0,32	31,50	3,24	1,67				





2026. 10. 08. csütörtök	2026. 10. 07	(00497)	Tej,tojás,halmentes 4-6 év	U	Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
					Összesen:	4 537,64	1 085,56	22,69	32,06	7,93	173,63	25,63	5,10		
2026. 10. 08. csütörtök	2026. 10. 07	(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		
					Harcsapástétom 50g	209,42	50,10	0,00	4,56	0,62	0,89	0,03	0,20		
					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	Húsleves O** tojás	149,73	35,82	1,10	0,24	0,00	7,15	0,00	0,79		
					Főtt hús O*	532,56	127,41	16,80	6,48	2,31	0,32	0,00	0,17		
					Paradicsomos káposzta O*	625,68	133,26	4,52	4,27	0,47	22,72	4,00	0,76		
					Zsemle, vizes 54g	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,92	0,39		
				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:	5 589,49	926,51	44,36	74,98	46,10	123,32	8,79	4,50		





2026. 10. 09. péntek (00497) Tej,tojás,halmentes 4-6 év	T	Tejeskávét T.M.	435,98	104,30	0,74	1,91	0,24	20,93	12,99	0,00		
		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		
		TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E	Magyaros Burgonyaleves O*G.M.	527,50	126,20	2,28	5,57	0,62	16,58	0,26	1,14		
		Natúr sertéskaraj O* G.M.	697,34	166,83	13,05	10,45	2,37	4,87	0,01	1,11		
		Rizi-bizi mir. O* diéta	1 190,60	284,83	6,90	5,87	0,67	50,70	0,00	0,41		
	U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
		Összesen:	4 837,19	1 153,30	34,39	53,86	19,76	133,37	18,27	4,37		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

