



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	(00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6	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 (00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6												
T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13			
	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 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			
	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:	3 572,44	854,65	16,00	24,37	5,70	134,06	25,95	1,87			
2026. 10. 07. szerda (00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6												
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. 09. péntek (00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
		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		
		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:	4 426,42	1 055,03	32,94	49,16	18,12	121,04	13,59	4,22		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

