



Tételes étlap 2026.10.12. - 2026.10.18.

	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. 12. 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		
			Vajkrém natúr, 20% zsír.	135,43	32,40	0,75	3,00	1,95	0,60	0,03	0,14		
			Reszelt trappista sajt, zsíros	310,88	74,37	5,54	5,62	0,32	0,49	0,00	0,00		
			Kifli, graham 50g	268,48	64,23	2,84	1,30	0,75	10,23	0,00	0,38		
			Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
		E	Lencseleves húsos O*	835,01	199,76	12,94	6,74	1,11	21,59	0,00	0,66		
			Gluténmentes kakaós batyu	589,59	141,05	0,52	6,05	3,12	21,26	1,50	0,07		
		U	Sós pálcika gluténmentes	362,09	86,63	0,45	2,25	0,16	15,75	1,62	0,84		
2026. 10. 13. kedd (00507) Diab. 4-6 év 3x étk.			Összesen:	2 527,28	604,61	23,24	25,02	7,42	71,13	3,15	2,23		
		T	Víz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,14		
			Teljes kiörlésű sajtos pogácsa	688,87	164,80	4,40	9,60	3,15	15,20	0,88	0,68		
		E	Ásványvíz 0,5l-es *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Tejszínes zölds. csirkeragu *O	684,30	163,71	16,26	7,02	1,77	8,60	0,70	0,78		
			Párolt rizs diab. 40 CH	824,68	197,29	3,20	6,62	0,76	31,00	0,00	0,20		
		U	Túrókrém kapros O*	177,47	42,46	4,19	2,35	1,55	1,09	1,14	0,23		
			Graham kenyér	331,27	79,25	3,58	0,53	0,14	13,45	0,95	0,37		





2026. 10. 13	(00507)	U	Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
			Összesen:	2 718,77	650,42	31,87	26,14	7,37	69,78	3,67	2,43		
2026. 10. 14. szerda	(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		
			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		
		E	Zöldbableves ovi*tej, tojás	244,62	58,52	2,18	2,11	0,21	7,51	0,00	1,18		
			Gyömbéres sertéstokány O*TM	623,52	149,17	13,27	8,88	2,18	3,84	0,00	0,74		
			Szarvacska tészta kör. 30 CH	712,24	170,39	6,00	3,22	0,46	29,16	0,00	0,44		
		U	Párizsi baromfi	178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46		
			Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
			Kifli, teljes kiörlésű 70g	314,58	75,26	3,20	0,46	0,04	14,57	0,00	0,34		
			Összesen:	2 768,23	662,25	32,72	30,95	9,53	70,87	3,69	4,08		
2026. 10. 15. csütörtök	(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		
			Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
			Főtt tojás ovi*	110,48	26,43	2,16	1,92	0,50	0,10	0,10	0,06		
			Rozsos kenyér	283,64	67,86	1,85	0,22	0,03	14,00	0,14	0,42		
			Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		





2026. 10. 15. csütörtök (00507) Diab. 4-6 év 3x étk.	E	Vajgaluska leves O*	302,07	72,27	2,76	2,54	0,60	9,46	0,04	0,12	    	
		Sertés pörkölt O*	876,96	209,80	11,54	17,56	5,43	2,47	0,51	0,88		
		Tökfőzelék O*	588,89	140,88	3,69	5,47	1,82	18,76	1,86	0,67	 	
		Rozsos kenyér	202,60	48,47	1,32	0,16	0,02	10,00	0,10	0,30		
	U	Joghurt cukormentes 150g	313,50	75,00	4,40	3,00	2,00	5,00	4,50	0,18		
		Kecs, cukorm. (gullon)	287,79	68,85	2,85	2,40	0,23	11,25	3,15	0,06		
		Összesen:	3 151,62	753,98	30,77	37,08	11,69	72,25	10,40	2,92		
2026. 10. 16. 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		
		Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
		Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,00	0,44	    	
		Kenyer teljes kiörlesu, szel.	291,12	69,65	2,78	0,37	0,02	14,07	0,00	0,29	 	
	E	Ásványvíz 0,5l-es *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Sertésragu jóasszony módra*O	818,78	195,88	15,37	12,08	3,12	6,15	0,01	0,86		
		Burgonya sós *O	705,50	168,78	4,50	0,36	0,05	36,00	0,00	0,61		
	U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Kakaós ostyaszelet laktóz-cu	269,53	64,48	0,46	3,77	3,25	8,06	0,31	0,08	        	
		Összesen:	2 572,48	615,43	26,11	24,33	8,97	71,50	0,32	2,52		





.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

