



Tételes étlap 2026.10.19. - 2026.10.25.

	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. 19. hétfő (00527) Sertéshús mentes 7-14 év		T	Sajtkrém félzsíros, ömlesztett	213,30	51,03	2,01	3,90	0,00	1,95	0,90	0,27		
			Graham kenyér	662,53	158,50	7,17	1,06	0,28	26,89	1,90	0,75		
			Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00		
		E	Gulyásleves marhahússal I*	609,30	145,77	2,47	7,96	0,97	15,99	0,26	1,08		
			Mák szórát I*	878,56	210,18	3,60	12,00	1,50	20,39	12,89	0,01		
			Tészta köret spagetti I.	1 371,85	328,19	12,00	5,04	0,76	58,32	0,00	0,89		
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		U	Teljes kiörlésű sajtos csiga 1	1 504,80	360,00	7,76	14,37	9,71	29,72	3,79	0,44		
			Összesen:	5 497,16	1 315,11	35,91	45,02	13,23	165,57	19,74	3,46		
2026. 10. 20. kedd (00527) Sertéshús mentes 7-14 év		T	Kakaó 0,2l (Pöttyös)	538,44	128,81	7,00	1,00	0,54	22,80	22,80	0,23		
			Fonott kalács	905,39	216,60	6,28	2,92	1,86	36,18	4,58	0,44		
		E	Zöldségleves I*	502,48	120,21	3,77	4,43	0,49	15,96	0,00	0,91		
			Pulyka pörkölt isk*	881,16	210,80	18,08	14,23	3,18	4,33	0,78	1,40		
			Zöldbabfőzelék I*	927,82	221,97	7,77	9,72	2,75	25,26	1,22	0,82		
			Tönköly kenyér	518,32	124,00	4,95	0,65	0,25	23,00	0,00	0,80		
		U	Joghurt ital 100g 1% zsírt.	313,50	75,00	2,80	0,80	0,50	13,20	12,80	0,10		





2026. 10. 20.	(00527)	U	Babapiskóta	556,00	133,01	3,65	2,08	0,50	24,68	12,08	0,06		
			Összesen:	5 143,11	1 230,40	54,30	35,83	10,07	165,41	54,26	4,76		
2026. 10. 21. szerda	(00527) Sertéshús mentes 7-14 év	T	Csirkemell sonka	105,34	25,20	5,55	0,24	0,06	0,24	0,00	0,78		
			Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
			Korpás Kenyér	518,32	124,00	4,30	0,50	0,05	24,50	0,55	0,70		
			TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
		E	Gombaleves I*	499,89	119,59	4,55	7,28	1,57	8,79	0,53	0,85		
			Pulyka nuggets I*	1 091,10	261,03	14,40	21,83	0,85	0,24	0,00	3,00		
			Tört burgonya I*	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	0,76		
		U	Pogácsa vajas 100g	1 730,52	414,00	7,77	12,30	5,66	52,15	14,82	0,89		
			Összesen:	4 966,81	1 182,35	41,93	47,64	9,64	126,82	15,90	7,10		
2026. 10. 22. csütörtök	(00527) Sertéshús mentes 7-14 év	T	Vajkrém ízesített 25% zsírt.	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,04	0,18		
			Kornspitz 70g	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23		
			Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
		E	Gyümölcsle 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
			Pulykarizottó I*	1 975,95	472,71	25,94	15,48	3,38	56,70	0,07	2,12		
			Reszelt trappista sajt, zsíros	388,61	92,97	6,93	7,03	0,40	0,61	0,00	0,00		





2026. 10. 22	(00527 ,	U	Lenmagos madárka 60g	1 005,71	240,60	8,40	9,60	1,26	27,00	2,34	0,90							
			Összesen:	5 046,27	1 207,24	53,92	41,50	9,90	147,78	3,39	5,47							

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

