



2026. 10. 19.

hétfő

(00472)
Tej-tojás-szójamentes 1-3 év

Tételes étlap 2026.10.19. - 2026.10.25.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
R	Kókusztal	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
	Szendvicskrém, vegán (diétás)	204,82	49,00	0,20	4,80	4,20	1,28	0,00	0,28		
	Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
	T Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
	E Sertés sült bölcsi	416,59	99,66	8,49	6,96	1,58	0,65	0,00	0,48		
	Burgonyapüré bölcsi*T.M.	717,88	171,74	3,93	1,78	0,38	33,95	2,00	0,83		
	Párolt káposztaB*	220,43	52,73	1,90	1,19	0,14	8,23	1,50	0,04		
	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	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,04	0,10		
	Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	Összesen:	4 835,01	860,99	32,91	56,27	37,26	130,98	7,32	3,89		





2026. 10. 20. kedd (00472) Tej-tojás-szójamentes 1-3 év											
2026. 10. 21. szerda (00472) Tej-tojás-szójamentes 1-3 év	R	Kókuszital	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05	
		Zalaikrém házi bölcsi T.M.	440,12	105,29	4,69	9,47	3,13	0,20	0,02	0,80	  
		Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	      
		Paradicsom	27,47	6,57	0,30	0,06	0,01	1,20	0,00	0,00	
		T Sütőtök	487,62	116,66	2,25	0,90	0,00	24,75	0,00	0,03	
		E Zöldborsóleves mir. bölcsi*toj	289,73	69,31	2,43	2,92	0,32	8,13	0,00	1,26	 
		Bolognai tészta b T.To.M.	1 305,60	289,89	7,78	12,62	3,32	41,54	0,00	0,38	
		U EUROFOOD baromfikrém csirkemáj	126,15	30,18	2,02	1,97	0,59	0,98	0,00	0,14	      
		Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	      
		Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04	
		Összesen:	5 384,60	970,03	35,36	61,59	36,20	150,22	3,70	4,24	
		R Tejeskávét bölcsi T.M.	362,92	86,82	0,53	1,33	0,17	18,07	12,37	0,00	
		Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	16,13	0,01	
		Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	      
2026. 10. 21. szerda (00472) Tej-tojás-szójamentes 1-3 év	T	Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06	
		E Fűszeres cs.mellcsíkok B* T.M.	425,34	101,76	12,51	5,16	0,65	1,21	0,00	0,88	
		Karfiolfőzelék B. TM.	609,71	145,86	5,20	5,93	0,68	17,73	2,40	1,03	





2026. 10. 21. szerda	(00472) Tej-tojás- mentes 1-3 év	U	Sajt helyettesítő, szeletelt (	244,11	58,40	0,10	4,60	3,20	4,20	0,00	0,40		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,04	0,10		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Zöldpaprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
			Összesen:	4 099,08	980,64	32,62	25,83	7,06	151,02	34,62	4,02		
2026. 10. 22. csütörtök	(00472) Tej-tojás-szójamentes 1-3 év	R	Csipkebogyótea bölcsei	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00		
			Harcspástétom 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		
			Póréhagyma	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,00		
		T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		E	Grill csirkemell bölcsei	383,70	91,79	14,84	3,39	0,47	0,37	0,00	0,61		
			Karalábefőzelék bölcsei*T.M.	562,16	134,49	4,40	4,38	0,48	19,07	1,20	0,78		
		U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
			Sós pálcika gluténmentes	724,18	173,25	0,90	4,50	0,32	31,50	3,24	1,67		
			Összesen:	3 390,51	811,13	28,74	29,75	12,05	104,72	14,42	4,15		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

