



Tételes étlap 2025.11.10. - 2025.11.16.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 11. 10. hétfő	(00494) Sertéshús mentes 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		
			Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
			Kenyér teljes kiőrlésű, szel.	388,16	92,86	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,39		
		E	Frankfurti leves ovi*sertés	785,55	187,93	7,92	12,71	4,60	10,11	0,87	1,27		
			Darás metélt Ovi*	1 384,05	331,11	9,85	5,66	0,73	59,79	5,00	0,71		
			Barackíz	181,25	43,36	0,08	0,00	0,00	10,70	10,70	0,00		
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		U	Pizzás stangli 80g	1 193,81	285,60	9,12	5,64	3,27	43,08	3,64	1,40		
			Összesen:	4 461,25	1 067,28	35,51	28,85	9,73	157,83	28,42	4,52		
2025. 11. 11. kedd	(00494) Sertéshús mentes 4-6 év	T	Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			Teljes kiőrlésű kakaós csiga 1	1 701,26	407,00	7,93	10,37	6,95	52,76	22,38	0,50		
		E	Zöldségleves friss eperlevél*O	284,77	68,13	1,60	4,08	0,48	6,11	0,00	0,66		
			Majorannás pulyka apróhús O*	664,45	158,96	12,51	11,30	2,51	1,60	0,00	0,69		
			Lencsefőzelék O*	1 170,33	279,98	17,05	5,02	0,42	41,31	2,00	0,43		
			Rozsos kenyér	303,90	72,70	1,98	0,24	0,03	15,00	0,15	0,45		





2025. 11. 11. kedd	(00494) Sertéshús mentes 4-6 év	U	Sajtkrém félzsíros, ömlesztett	106,65	25,51	1,01	1,95	0,00	0,98	0,45	0,14		
			Reszelt trappista sajt, zsíros	310,88	74,37	5,54	5,62	0,32	0,49	0,00	0,00		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
			Összesen:	5 682,68	1 359,48	60,87	42,41	12,57	163,46	26,82	3,92		
	(00494) Sertéshús mentes 4-6 év	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
			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		
			Graham kenyér	530,02	126,80	5,73	0,84	0,22	21,51	1,52	0,60		
			TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
		E	Májgaluska leves O*	393,52	94,14	5,66	4,71	0,76	6,82	0,05	0,83		
			Édes-savanyú csmell csíkok O*	557,32	130,04	15,25	5,34	0,68	5,75	3,77	0,44		
			Párolt rizs O*	1 084,84	259,53	4,84	5,78	0,68	46,77	0,01	0,30		
		U	Lenmagos madárka 60g	1 005,71	240,60	8,40	9,60	1,26	27,00	2,34	0,90		
			Összesen:	4 078,84	968,58	43,24	33,76	6,04	116,73	15,90	3,75		





2025. 11. 13. csütörtök (00494) Sertéshús mentes 4-6 év												
T	Karamellás tej O*	571,62	136,75	6,80	3,00	1,63	20,59	9,99	0,27			
	Kockasajt natúr, félzsír. 25g	192,28	46,00	1,50	3,50	2,20	2,20	1,30	0,10			
	Kalocsai rúd 60g	905,39	216,60	6,37	2,93	1,92	35,75	2,73	1,48			
	Gombaleves O*	417,61	99,91	3,73	6,06	1,31	7,44	0,44	0,65			
	Csirke aprópecsenye O*	581,90	59,39	13,06	8,87	1,43	2,09	0,18	0,70			
	Tökfőzelék O*	588,89	140,88	3,69	5,47	1,82	18,76	1,86	0,67			
	Korpás Kenyér	401,28	96,00	3,53	0,49	0,12	18,86	0,10	0,42			
	Mustáros tojáskrém O*	167,54	40,08	2,23	3,11	0,81	0,41	0,10	0,40			
	Kornspitz 70g	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23			
	Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
Összesen:		4 893,32	1 090,83	51,90	38,85	13,50	143,31	17,64	6,92			
2025. 11. 14. péntek (00494) Sertéshús mentes 4-6 év												
T	Kakaó ovi	636,99	152,39	7,85	3,75	1,97	21,05	9,99	0,38			
	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09			
	Méz	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00			
	Tönköly kenyér	414,66	99,20	3,96	0,52	0,20	18,40	0,00	0,64			
E	Fokhagyma krémleves O*	437,79	104,74	2,74	4,80	0,89	12,21	0,32	0,99			
	Pírtott zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			





2025. 11. 14. péntek (00494) Sertéshús mentes 4-6 év	E	Rántott csirkemell O*	1 027,76	245,88	20,04	9,10	1,21	20,66	0,04	1,03			
		Burgonyapüré O*	848,98	203,10	6,20	3,91	1,76	35,79	0,00	0,49			
		Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01			
	U	Joghurt, görög 150g 8% zsírt.	821,37	196,50	3,60	12,00	8,40	18,00	16,50	0,17			
		Babapiskóta	417,00	99,76	2,74	1,56	0,37	18,51	9,06	0,04			
		Összesen:	5 211,05	1 246,66	47,81	39,59	15,85	169,32	52,11	3,84			

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

