Tételes étlap 2026.11.16. - 2026.11.22.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 11. 16. 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		
			Májkrém, sertés	167,71	40,12	2,01	3,15	1,07	0,89	0,00	0,28		
			Tönköly kenyér	278,56	66,64	2,16	0,22	0,08	14,00	0,00	0,39		
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
		E	Legényfogó leves(papr.) O*	558,57	133,63	9,70	6,93	1,82	7,87	0,31	0,48		
			Sajtos makaróni (spagetti)diab	1 637,03	391,63	20,66	19,00	10,61	31,96	3,87	1,53		
		U	Narancs	138,49	33,13	0,48	0,16	0,00	6,80	0,00	0,01		
			Keksz, cukorm. (gullon)	269,61	64,50	1,17	3,00	0,30	8,10	0,15	0,11		
			Összesen:	3 059,80	732,00	36,38	32,48	13,88	69,96	4,33	2,95		
2026. 11. 17. kedd	(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		
			Szel.Trap.sajt, zsíros	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
			Kenyér teljes kiőrlésű	308,48	73,80	2,43	0,27	0,12	15,30	0,00	0,51		
		E	Zöldbableves ovi*tej, tojás	244,62	58,52	2,18	2,11	0,21	7,51	0,00	1,18		
			Panírozott halrudak O*diab.	596,60	142,73	5,02	8,91	0,68	9,83	0,00	0,00		
			Burgonyapüré O*diab.	616,64	147,52	4,27	3,16	1,43	25,52	0,00	0,38		

2026. 11. 17. kedd	(00507) Diab. 4-6 év 3x étk.	**U**	Csemege szalámi	309,83	74,12	2,94	6,87	2,42	0,05	0,00	0,00		
			Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
			Kenyér teljes kiőrlésű	287,92	68,88	2,27	0,25	0,11	14,28	0,00	0,48		
			Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03		
			Összesen:	3 265,35	781,18	25,10	41,48	12,44	74,25	0,06	3,45		
2026. 11. 18. 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		
			Sonkás szelet, sertés	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
			Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
			Kenyér teljes kiőrlésű	308,48	73,80	2,43	0,27	0,12	15,30	0,00	0,51		
		E	Zöldségleves (friss) O*	180,88	43,27	1,51	2,34	0,77	3,97	0,40	0,55		
			Bácskai Rizseshús O*diab.	1 589,95	380,37	12,90	20,68	5,23	35,91	0,27	0,68		
		U	Póréhagymás túrókrém házi ovi*	155,26	37,14	3,49	2,02	1,32	1,22	0,96	0,42		
			Kenyér teljes kiőrlésű	257,07	61,50	2,03	0,23	0,10	12,75	0,00	0,43		
			TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
			Összesen:	2 740,64	651,73	24,84	29,91	8,81	70,61	1,73	3,38		

2026. 11. 19. 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		
			Bécsi felvágott	0,00	0,00	0,00	0,00	- 0,02	0,00	0,00	0,00		
			Kenyér teljes kiőrlésű	308,48	73,80	2,43	0,27	0,12	15,30	0,00	0,51		
			Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
		E	Ásványvíz 0,5l-es *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Tejszínes, gyömbér cs.mell O*	673,50	161,12	16,62	8,21	1,95	4,97	0,01	0,72		
			Tészta köret diab*	782,44	187,19	6,24	2,62	0,36	34,08	1,06	0,20		
		U	Joghurt cukormentes 150g	313,50	75,00	4,40	3,00	2,00	5,00	4,50	0,18		
			Korpovit keksz (kg)	274,00	65,55	1,80	1,95	0,87	9,75	0,68	0,30		
			Összesen:	2 528,19	604,83	31,73	19,86	6,33	69,70	6,25	2,14		
2026. 11. 20. 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		
			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		
			Tönköly kenyér	298,45	71,40	2,31	0,24	0,09	15,00	0,00	0,42		
		E	Húsleves hús nélküli O**	267,22	63,93	2,69	1,58	0,19	9,54	0,00	0,35		
			Főtt hús O*	532,56	127,41	16,80	6,48	2,31	0,32	0,00	0,17		
			Paradicsomos káposzta O. diab	563,52	134,81	3,96	4,22	0,46	19,56	0,01	1,06		

2026. 11. 20. péntek	(00507) Diab. 4-6 év 3x étk	**E**	Tönköly kenyér	228,81	54,74	1,77	0,18	0,07	11,50	0,00	0,32		
		U	Alma	87,25	20,87	0,24	0,24	0,00	4,20	0,00	0,01		
			Keksz, cukorm. (gullon)	359,48	86,00	1,56	4,00	0,40	10,80	0,20	0,15		
			Összesen:	2 917,95	698,07	31,96	31,04	7,85	71,20	0,27	3,21		

....Rados Diána..... .....

Élelmezési osztályvezető Vezető dietetikus Gazdaságvezető