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	(00497) Tej,tojás,halmentes 4-6 év	**T**	Tea Instant O*	176,65	42,26	0,05	0,05	0,01	10,33	10,20	0,02		
			EUROFOUD májkrém sertés 50 gr	413,82	99,00	2,67	9,66	3,66	0,36	0,00	0,45		
			Zsemle, vizes 54g	632,02	151,20	5,13	0,54	0,11	30,78	1,13	0,70		
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
		E	Legényfogó leves O* T.M.	439,19	105,07	7,64	4,81	1,04	7,63	0,48	0,89		
			Tejberizs O* T.M.	1 043,39	249,62	3,52	3,41	0,64	50,91	15,99	0,03		
			Fahéjas porcukor O*	334,15	79,94	0,04	0,03	0,01	19,78	18,98	0,00		
			Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
		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	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
			Gluténmentes kovászos buci	669,64	160,20	1,74	0,30	0,00	36,60	1,26	1,08		
			Összesen:	4 362,94	1 043,76	23,86	30,08	8,54	166,15	48,20	3,90		

2026. 11. 17. kedd	Tej,tojás,halmentes 4-6 év (00497)	**T**	Kókuszital	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07	
			Almás fahéjas rétes*diéta	1 266,54	303,00	6,50	15,00	12,00	32,00	18,00	0,52	
		E	Zöldbableves ovi*tojás	247,28	59,16	2,16	2,13	0,21	7,63	0,00	1,18	
			Natúr csirkemell csíkok O*TM	696,21	166,56	17,14	8,16	1,01	5,96	0,00	0,75	
			Burgonyapüré O* T.M.	894,81	214,07	4,51	3,81	0,89	39,54	2,81	0,75	
		U	Csemege szalámi	309,83	74,12	2,94	6,87	2,42	0,05	0,00	0,00	
			Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15	
			Zsemle, vizes 54g	632,02	151,20	5,13	0,54	0,11	30,78	1,13	0,70	
			Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03	
			Összesen:	6 125,18	1 071,10	42,87	89,71	57,32	123,02	22,00	4,15	
2026. 11. 18. szerda	Tej,tojás,halmentes 4-6 év (00497)	**T**	Tea Instant O*	176,65	42,26	0,05	0,05	0,01	10,33	10,20	0,02	
			Sonkás szelet, sertés	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56	
			Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15	
			Zsemle, vizes 54g	632,02	151,20	5,13	0,54	0,11	30,78	1,13	0,70	
		E	Zöldségleves ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06	
			Bácskai Rizseshús O*	1 995,62	477,42	16,58	24,35	6,20	49,16	0,68	1,54	
			Céklasaláta, csemege szeletelt	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	8,33	0,74	
		U	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40	

2026. 11. 18. szerda	(00497) Tej,tojás,halmentes 4-6 év	**U**	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
			Zsemle, vizes 54g	632,02	151,20	5,13	0,54	0,11	30,78	1,13	0,70		
			TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
			Összesen:	5 002,30	1 192,79	34,12	55,28	14,21	139,87	21,79	6,02		
2026. 11. 19. csütörtök	(00497) Tej,tojás,halmentes 4-6 év	**T**	Tea Instant O*	176,65	42,26	0,05	0,05	0,01	10,33	10,20	0,02		
			Bécsi felvágott	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
			Zsemle, vizes 54g	632,02	151,20	5,13	0,54	0,11	30,78	1,13	0,70		
			Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
		E	Gyümölcsleves O* T.M.citrusm.	485,86	116,23	0,51	0,16	0,00	27,88	20,94	0,01		
			Zöldborsós cs.mellcsíkok O*TM	697,80	166,94	20,11	6,04	0,91	7,78	0,40	0,93		
			Tészta köret Farfalle O*G.M.	873,10	208,87	0,96	3,20	0,32	43,80	0,00	0,49		
		U	Vegán desszert (vaníliás) 125g	465,02	111,25	4,00	2,25	0,38	18,38	13,75	0,18		
			Összesen:	3 745,24	895,98	31,03	22,80	4,58	139,61	46,48	2,48		

2026. 11. 20. péntek	Tej,tojás,halmentes 4-6 év (00497)											
		T	Kókuszital	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07	
			Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	16,13	0,01	
			Zsemle, vizes 54g	632,02	151,20	5,13	0,54	0,11	30,78	1,13	0,70	
		E	Húsleves O** tojás	149,73	35,82	1,10	0,24	0,00	7,15	0,00	0,79	
			Főtt hús O*	532,56	127,41	16,80	6,48	2,31	0,32	0,00	0,17	
			Paradicsomos káposzta O*G.M.	634,01	151,68	3,27	4,40	0,50	23,38	4,06	1,06	
			Zsemle, vizes 54g	316,01	75,60	2,57	0,27	0,06	15,39	0,57	0,35	
		U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
			Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96	
			Összesen:	5 032,72	809,75	34,01	58,43	42,15	139,13	22,89	4,12	

....Rados Diána..... .....

Élelmezési osztályvezető Vezető dietetikus Gazdaságvezető