



Tételes étlap 2025.11.24. - 2025.11.30.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 11. 24. 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	 	
			Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
			Szel.Trap.sajt, zsíros	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49	 	
			Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,13	0,56		
			TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
		E	Sárgaborsó leves pulyka O*	811,68	194,18	11,52	7,10	1,25	20,76	0,00	0,67	 	
			Túrós derelye* ovi	1 589,41	380,24	13,56	6,21	0,53	65,59	0,00	1,16		
			Vaníliás tejföl O*	344,46	82,41	1,62	7,20	4,50	2,48	3,08	0,06	 	
		U	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		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	      	
			Összesen:	4 877,58	1 162,96	47,88	35,35	12,39	157,56	13,26	4,54		





2025. 11. 25. kedd (00494) Sertéshús mentes 4-6 év											
T	Vaniliás tej 2 dl ovi*	607,55	145,35	6,82	3,02	1,63	22,75	6,99	0,27		
	Teljes kiőrlésű pizzás csiga 1	1 613,48	386,00	8,70	15,17	10,83	31,79	3,12	0,66		
	E Tarhonyaleves O*	387,45	92,69	2,65	3,36	0,38	12,92	0,10	0,67		
	Kakukkfűves apróhús (pulyka)O*	538,33	128,79	12,45	8,12	2,15	1,31	0,00	0,69		
	Finomfőzelék O*	757,08	181,12	8,27	5,09	0,94	25,10	1,00	0,71		
	Tönköly kenyér	310,99	74,40	2,97	0,39	0,15	13,80	0,00	0,48		
	U 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		
	Zsemle hosszú 60g	576,84	138,00	4,74	0,42	0,06	28,20	0,60	0,66		
	Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
Összesen:		5 142,04	1 230,15	49,22	42,98	18,57	136,35	11,81	4,72		
2025. 11. 26. szerda (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		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
	Főtt tojás ovi*	110,48	26,43	2,16	1,92	0,50	0,10	0,10	0,06		
	Zsemle graham 60g	1 207,60	288,90	10,37	2,39	0,78	51,39	0,04	1,13		
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
E	Paradicsom leves O*	484,85	94,09	2,58	4,16	0,47	16,88	5,00	0,63		
	Joghurtos csirkemell ragu O*	438,67	104,94	17,48	3,25	1,52	1,34	0,00	0,72		





2025. 11. 26. szerda	(00494) Sertéshús mentes 4-6 év	E	Bulgur köret O*	1 038,29	248,39	7,40	5,46	0,67	45,72	0,01	0,32		
			Mandarin	117,59	28,13	0,42	0,18	0,00	5,88	0,00	0,00		
		U	Kuglóf, kakaós	378,29	90,50	2,50	1,18	0,76	15,59	4,09	0,19		
			Összesen:	4 114,37	962,38	43,85	22,39	5,77	146,35	17,45	3,27		
2025. 11. 27. csütörtök	(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		
			Vajkrém ízesített 25% zsírt.	135,43	32,40	0,75	3,00	1,95	0,60	0,03	0,14		
			Graham kenyér	530,02	126,80	5,73	0,84	0,22	21,51	1,52	0,60		
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
		E	Sajtgombóc leves O*	417,95	99,99	3,87	4,97	1,17	9,67	0,02	0,63		
			Zöldséges combragu O*	646,51	146,45	18,75	6,31	2,04	5,50	0,59	0,82		
			Tört burgonya O*	587,92	140,65	3,75	0,30	0,04	30,00	0,00	0,51		
			Csemege uborka	34,52	8,26	0,36	0,06	0,00	1,56	0,00	1,44		
		U	Joghurt, görög 150g 8% zsírt.	821,37	196,50	3,60	12,00	8,40	18,00	16,50	0,17		
			Kifli, vajás 44g	629,01	150,48	4,87	1,56	0,79	26,91	1,40	0,47		
			Összesen:	4 449,55	1 056,27	49,73	32,81	16,58	135,14	30,05	5,17		





2025. 11. 28. péntek	(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		
			Gabonagolyó kakaós	635,04	151,92	4,00	0,80	0,16	32,00	11,60	0,31		
		E	BrokkolikréMLEVES O*	217,63	52,06	2,57	0,23	0,02	9,83	0,02	0,21		
			Pirított zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Borsos tokány O*pulyka	723,68	167,65	13,12	11,36	2,52	4,38	0,00	1,16		
			Tészta köret színes O*	991,97	237,31	10,20	3,23	0,57	41,57	0,00	0,62		
			Lilakáposzta saláta *O	148,42	35,51	1,39	0,18	0,03	7,03	2,40	0,40		
		U	Pulykamell sonka	90,29	21,60	2,40	1,00	0,32	0,52	0,26	0,44		
			Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
			Rozsos kenyér	405,20	96,94	2,64	0,32	0,04	20,00	0,20	0,60		
			Összesen:	3 775,91	897,84	43,12	23,87	6,34	125,93	14,48	4,10		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

