



Tételes étlap 2025.12.01. - 2025.12.07.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 12. 01. 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		
			Tonhalas krém 100g	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Kifli, teljes kiörlésű 70g	524,30	125,43	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56		
		E	Palócleves mir O*sertés	837,28	200,31	7,62	13,96	4,42	10,62	0,77	0,66		
			Mák szórát O*	619,27	148,15	2,40	8,00	1,00	15,59	10,59	0,00		
			Mákos tészta O*	1 068,35	255,59	9,00	4,82	0,69	43,74	0,00	0,57		
			Mandarin	117,59	28,13	0,42	0,18	0,00	5,88	0,00	0,00		
		U	Sajtos rúd 60 gr	1 391,94	333,00	6,27	18,00	6,90	33,00	1,62	2,50		
			Összesen:	4 711,64	1 127,19	31,79	45,77	13,09	141,35	21,19	4,42		
2025. 12. 02. kedd (00494)	Sertéshús mentes 4-6 év	T	Tejeskávé ovi	456,91	109,31	6,82	3,00	1,63	13,75	3,00	0,27		
			Teljes kiörlésű kakaós csiga 1	1 701,26	407,00	7,93	10,37	6,95	52,76	22,38	0,50		
		E	Zellerkrémleves mir. O*	377,68	90,35	2,41	4,52	0,71	9,53	0,14	0,43		
			Levesgyöngy	184,03	44,03	0,67	3,05	0,37	3,42	0,00	0,08		
			Pulyka nuggets O*	888,49	212,56	10,80	18,23	0,85	0,18	0,00	2,25		
			Burgonya petrezselymes O*	859,13	205,53	5,09	2,26	0,26	40,20	0,00	1,20		
			Kovászos uborka	28,60	6,84	0,58	0,06	0,00	0,99	0,00	1,79		





2025. 12. 02. kedd												
(00494)												
Sertéshús mentes 4												
U	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09			
	Baromfi párizsi sajttal	153,82	36,80	2,66	3,16	1,02	0,19	0,10	0,40			
	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			
	Összesen:	5 562,43	1 330,72	43,41	49,27	13,08	156,50	27,46	7,78			
2025. 12. 03. szerda												
(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			
	Túrókrém snidlinges O*	188,70	45,14	4,24	2,59	1,70	1,16	1,23	0,24	 		
	Zsemle graham 60g	1 207,60	288,90	10,37	2,39	0,78	51,39	0,04	1,13	       		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01			
E	Csurgatott tojás leves ovi*	360,25	86,18	3,55	5,94	1,02	4,54	0,13	0,37	 		
	Csirkemell vadász módra O*	540,06	125,92	16,27	5,37	0,69	3,72	0,00	0,81			
	Párolt rizs (jázmin) O*	210,50	50,36	0,00	5,57	0,63	0,00	0,00	0,44			
U	Múzliszelet 20g	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	0,00	0,00			
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
	Összesen:	3 387,02	807,01	43,03	28,08	6,45	90,35	1,40	3,28			





2025. 12. 04. csütörtök (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	 		
	Barackíz	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	14,26	0,00			
	Kukoricás kenyér	543,40	130,00	4,54	0,57	0,15	25,97	0,67	0,70			
	E Vajgaluska leves O*	302,07	72,27	2,76	2,54	0,60	9,46	0,04	0,12	   		
	Fokhagymás csirke a.pecsenye*O	423,33	101,27	15,20	4,05	0,84	0,89	0,01	0,97			
	Parajfőzelék ovi*	530,75	126,97	5,91	6,27	1,06	11,60	0,02	0,54	  		
	Korpás Kenyér	401,28	96,00	3,53	0,49	0,12	18,86	0,10	0,42			
	U Gyümölcsjoghurt 125g 0,4% zsír	418,00	100,00	3,30	3,20	2,20	14,00	13,00	0,18			
	Összesen:	3 013,40	720,90	36,08	17,16	4,98	103,28	36,31	3,06			
2025. 12. 05. 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			
	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09			
	Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,00	0,52	  		
	Tönköly kenyér	414,66	99,20	3,96	0,52	0,20	18,40	0,00	0,64	 		
	Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03			
E	Csirkebecsinált leves O*	486,22	116,32	8,20	4,58	0,70	10,38	0,01	0,62	 		
	Tejberizs O*	1 214,04	290,44	9,60	4,51	2,31	52,72	14,99	0,28			
	Kakaós porcukor ovi*	324,54	77,64	0,63	0,45	0,20	17,26	16,98	0,07			





2025. 12. 05	(00494 ,	U	Pizzás stangli 80g	1 193,81	285,60	9,12	5,64	3,27	43,08	3,64	1,40	       	
			Összesen:	4 299,25	1 028,53	42,43	22,65	9,40	153,98	35,62	3,92		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

