



Tételes étlap 2026.01.26. - 2026.02.01.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 01. 26. hétfő	(00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
			EUROFOOD baromfikrém csirkemáj	210,25	50,30	3,37	3,28	0,98	1,64	0,00	0,24		
			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		
		E	Kassai Burg.leves ovi*O TM	560,65	134,13	9,13	7,61	1,69	6,99	0,00	1,29		
			Darás metélt Ovi* G.T.M.	1 655,21	395,98	2,64	4,41	0,47	84,95	24,40	0,40		
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		U	Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96		
			Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
					Összesen:	4 588,37	1 097,70	23,87	20,01	4,72	202,19	35,45	3,81





2026. 01. 27. kedd	Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6 (00705)	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13	 	
			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		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	      	
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
		E	Karfiol leves O* (fehér)TM	204,39	48,90	0,94	3,86	0,44	2,50	0,00	0,93		
			Bolognai Spagetti O* T.M.	1 642,02	392,83	20,63	12,71	2,57	48,94	0,17	1,99	 	
			Tészta köret spagetti O G.M	855,55	204,68	0,96	2,74	0,26	43,80	0,00	0,29		
		U	Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32		
			Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
			Összesen:	4 955,15	1 185,45	39,05	35,92	8,09	172,63	10,72	5,02		





2026. 01. 28. szerda											
(00705)											
Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6											
T	Kakaó ovi T.M.	582,50	139,35	1,77	2,66	0,58	26,23	17,98	0,12		
	Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	16,13	0,01		
	Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
E	Lebbencsleves ovi*tojás	314,72	75,29	1,35	3,03	0,34	10,65	0,10	0,66		
	Eszterházi csirkeragu O*TM	486,04	116,28	15,34	4,51	0,58	3,42	0,20	1,17		
	Bulgur köret O*TM	1 034,02	247,37	7,37	5,44	0,67	45,52	0,00	0,52		
	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
U	Sajt helyettesítő, szeletelt (	244,11	58,40	0,10	4,60	3,20	4,20	0,00	0,40		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
	Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	Sárgarépa friss	33,63	8,04	0,24	0,04	0,01	1,62	0,00	0,06		
	Összesen:	4 994,59	1 194,86	39,40	32,60	8,69	184,87	38,15	4,64		





2026. 01. 29. csütörtök	Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6 (00705)	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	  	
			Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
			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		
		E	Húsleves O** tojás	149,73	35,82	1,10	0,24	0,00	7,15	0,00	0,79		
			Grill virsli O* diéta	700,25	167,52	8,13	14,86	5,19	0,13	0,00	1,63	    	
			Gyöngybabfőzelék O*	956,21	228,76	12,45	4,53	0,53	34,29	0,00	0,60	 	
			Zsemle, vizes 54g	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,92	0,39	      	
		U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
			Összesen:	4 063,76	972,18	37,18	43,25	18,91	107,93	14,14	5,09		



2026. 01. 30. péntek	Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6 (00705)	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13	 	
			Fekete áfonya dzsem	203,11	48,59	0,05	0,00	0,00	11,94	11,94	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	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	      	
		E	Zöldborsóleves O* T.M.	339,24	81,16	2,61	3,89	0,43	8,79	0,00	1,26	 	
			Fűszeres cs.mellcsíkok O* T.M.	543,83	130,10	15,30	6,37	0,80	2,72	0,00	0,90		
			Burgonya petrezselymes O*	859,13	205,53	5,09	2,26	0,26	40,20	0,00	1,20		
			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		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	      	
			Összesen:	4 704,37	1 125,43	39,14	39,46	9,10	149,34	32,38	6,47		

.....
Élelmezési
osztályvezető

Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető