



Tételes étlap 2025.12.08. - 2025.12.14.													
	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. 08. hétfő (00533) Törökmogyoró mentes 7-10 év	T		Csirkemell sonka	105,34	25,20	5,55	0,24	0,06	0,24	0,00	0,78		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
	E		Gyümölcslé 0,2- es 100%	192,28	46,00	0,00	0,00	0,00	11,00	10,00	0,00		
			Bolognai spagetti I* T.M.	2 680,67	641,31	27,93	29,76	8,15	65,36	0,27	2,92		
			Tészta köret spagetti I.	1 371,85	328,19	12,00	5,04	0,76	58,32	0,00	0,89		
			Reszelt trappista sajt, zsíros	388,61	92,97	6,93	7,03	0,40	0,61	0,00	0,00		
			Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
	U		Mákos puszedli*diéta	619,48	148,20	4,20	4,86	0,30	20,40	11,40	0,53		
			Összesen:	6 826,99	1 633,26	63,90	62,07	13,70	200,59	23,59	6,10		





2025. 12. 09. kedd		(00533) Törökmogyoró mentes 7-10 év										
T	Főtt tojás isk*	138,10	33,04	2,70	2,40	0,62	0,12	0,12	0,07			
	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20			
	Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03			
	E Karfiol leves I* (fehér)	436,83	104,51	2,35	7,01	0,82	7,83	0,00	1,21			
	Gyros fűsz. csirke hús I*	737,57	176,45	23,15	8,50	1,12	1,63	0,00	0,57			
	Burgonyapüré I* T.M.	1 214,49	290,55	5,80	6,80	1,67	50,34	3,23	0,89			
	Vegyes saláta I*	89,28	19,20	1,14	0,14	0,01	3,61	0,00	0,03			
	Kapros joghurtos öntet I*	756,25	180,92	2,52	4,20	2,70	3,76	3,74	0,45			
	U Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20			
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02			
Összesen:		5 718,07	1 365,81	40,05	48,20	12,45	160,42	10,92	4,67			
2025. 12. 10. szerda		(00533) Törökmogyoró mentes 7-10 év										
T	Csemege szalámi	413,11	98,83	3,92	9,16	3,22	0,06	0,00	0,00			
	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20			
	Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77			
	TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00			
E	Lencseleves*I	1 032,16	246,93	14,19	5,65	0,52	34,53	0,00	1,29			
	Stroganoff pulykaragu I*TM	1 246,99	298,32	19,05	20,15	3,90	9,84	0,00	1,23			
	Bulgur köret I*TM	1 568,57	375,26	11,06	8,62	1,05	68,28	0,00	0,63			





2025. 12. 11. csütörtök	(00533)	Törökmogyoró mentes 7-10 év	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes	Törökmogyoró mentes
----------------------------	---------	-----------------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------



2025. 12. 12. péntek	Törökmogyoró mentes 7-10 év (00533)	T	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		
			Póréhagyma	46,24	11,06	0,66	0,09	0,00	1,89	0,00	0,00		
		E	Zöldségleves suli*tej- tojásm.	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33		
			Chilis bab I*	2 417,43	554,24	23,87	31,56	8,32	49,00	0,00	4,82		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		U	Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Összesen:	5 507,56	1 293,50	49,30	41,43	10,42	182,21	21,72	8,70		
		2025. 12. 13. szombat	Törökmogyoró mentes 7-10 év (00533)	T	Szeletelt eidami, félzsíros (k	442,26	105,80	7,86	7,98	5,08	0,51	0,00	0,00
	Liga margarin tejmentes 20% zs			531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
	Zsemle, vizes 54g			726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
E	Frankfurti leves isk* T.M.			918,57	219,75	8,89	13,45	3,67	15,39	0,00	1,47		
	Almás fahéjas rétes*diéta			2 533,08	606,00	13,00	30,00	24,00	64,00	36,00	1,04		
U	Sonkaszalámi			109,10	26,10	3,36	0,84	0,33	1,29	0,15	0,84		
	Liga margarin tejmentes 20% zs			531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
	Zsemle, vizes 54g			726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	Összesen:			6 519,09	1 559,59	45,69	81,89	41,14	149,89	39,99	5,29		



.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

