



Tételes étlap 2025.12.15. - 2025.12.21.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 12. 15. hétfő (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 7-10 év		T	EUROFOUD májkrém sertés 50 gr	1 379,40	330,00	8,90	32,20	12,20	1,20	0,00	1,50		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		E	Húsos bableves (pulyka) I*TM	1 493,93	357,40	22,45	9,82	1,79	44,29	0,00	1,56		
			Darás metélt I* tojás	2 273,92	544,00	4,60	6,47	0,63	116,17	32,81	0,49		
			Barackíz	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	14,26	0,00		
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		U	Sajt helyettesítő, szeletelt (	366,17	87,60	0,15	6,90	4,80	6,30	0,00	0,60		
			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:	7 958,06	1 903,84	49,34	71,61	23,68	261,34	50,83	5,91





2025. 12. 16. kedd		(00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm.7-10 év											
T	Zala felvágott	273,37	65,40	3,90	5,40	2,22	0,33	0,00	0,66	  			
	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	Fokhagyma krémleves I*TM	323,78	77,46	1,32	4,85	0,58	7,04	0,32	0,98				
	Marokkói csirkeragu I*	761,70	177,84	18,77	8,29	1,50	7,33	0,00	0,40				
	Tört burgonya I*	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	0,76				
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:		4 782,66	1 139,80	45,23	49,43	12,74	125,20	4,31	5,59				





2025. 12. 17. szerda (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 7-10 év												
2025. 12. 17. szerda (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 7-10 év	T	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		
		Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00		
	E	Zöldborsóleves l*fruktóz	416,64	99,67	3,63	3,99	0,43	12,04	0,00	0,88		
		Tarhonyáshús (sertés) l*T.T.M.	2 374,36	568,03	18,52	27,99	7,92	59,17	0,00	1,02		
		Csemege uborka	46,03	11,01	0,48	0,08	0,00	2,08	0,00	1,92		
		Szaloncukor	801,00	191,63	2,82	0,81	0,00	41,08	0,00	0,20		
	U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
	Összesen:		5 454,77	1 304,97	33,49	59,41	22,32	155,81	5,03	5,10		
2025. 12. 18. csütörtök (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 7-10 év	T	Szendvicskrém, vegán (diétás)	204,82	49,00	0,20	4,80	4,20	1,28	0,00	0,28		
		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	Csontleves betéttel isk*L.É.	369,53	88,41	2,39	3,96	0,48	10,68	0,00	1,10		
		Sült hal isk	848,29	202,94	20,31	9,39	1,65	8,36	0,06	1,11		
		Mexikói párolt rizs l*	1 323,32	316,58	6,88	5,88	0,67	58,49	0,00	0,50		
	U	Párizsi sertés	294,69	70,50	3,00	6,33	2,16	0,66	0,15	0,60		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		





2025. 12. 19. péntek (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm.7-10 év	U	Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		Összesen:	5 050,08	1 202,28	45,68	46,07	13,42	148,99	3,97	5,33		
	T	Pulykamell sonka	135,43	32,40	3,60	1,50	0,48	0,78	0,39	0,66		
		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		
		Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
	E	Gulyásleves I* répa	821,89	196,62	14,43	7,64	1,93	17,39	0,17	1,24		
		Gluténmentes fahéjas csiga	2 262,00	541,14	2,20	19,80	8,60	87,40	13,80	0,20		
	U	Olasz felvágott	355,00	84,93	2,56	4,70	3,20	0,20	0,00	0,32		
		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:	6 108,67	1 461,40	35,73	63,29	22,27	175,13	18,20	4,40		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

