



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	(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		
			EUROFOOD baromfikrém csirkemáj	210,25	50,30	3,37	3,28	0,98	1,64	0,00	0,24		
			Rozsos kenyér	405,20	96,94	2,64	0,32	0,04	20,00	0,20	0,60		
		E	Húsos bableves (pulyka) O*	1 951,43	466,85	28,46	14,07	3,37	55,86	0,65	0,79		
			Darás metélt Ovi*	1 384,05	331,11	9,85	5,66	0,73	59,79	5,00	0,71		
			Barackíz	181,25	43,36	0,08	0,00	0,00	10,70	10,70	0,00		
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		U	Kockasajt natúr, félzsír. 25g	192,28	46,00	1,50	3,50	2,20	2,20	1,30	0,10		
			Sós kalács 44 gr	606,94	145,20	4,76	1,44	0,47	26,89	2,01	1,56		
			Összesen:	5 229,72	1 251,13	51,80	28,71	7,80	192,32	28,07	4,14		
2025. 12. 16. kedd	(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 natúr, 20% zsír.	135,43	32,40	0,75	3,00	1,95	0,60	0,03	0,14		
			Reszelt trappista sajt, zsíros	310,88	74,37	5,54	5,62	0,32	0,49	0,00	0,00		
			Tönköly kenyér	414,66	99,20	3,96	0,52	0,20	18,40	0,00	0,64		
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
		E	Fokhagyma krémleves O*	437,79	104,74	2,74	4,80	0,89	12,21	0,32	0,99		





2025. 12. 16. kedd												
(00494)												
Sertéshús mentes 4-6 év												
E	Pirított zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Marokkói csirkeragu O*	574,62	134,18	14,10	6,22	1,13	5,64	0,00	0,31			
	Tört burgonya O*	587,92	140,65	3,75	0,30	0,04	30,00	0,00	0,51			
	U Pulykamell sonka	90,29	21,60	2,40	1,00	0,32	0,52	0,26	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			
	Összesen:	4 323,64	1 031,07	47,57	36,54	9,90	123,58	12,50	4,34			
2025. 12. 17. 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			
	Vaj 100g háromnegyed zsíros	47,28	11,31	0,01	1,25	0,77	0,01	0,01	0,00			
	Magvas kenyér	510,80	122,20	3,76	1,96	0,16	21,60	0,00	0,68			
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00			
	E Zöldborsóleves O*	457,12	109,36	4,43	4,18	0,47	13,26	0,00	0,67			
	Tarhonyáshús O* sertésm.	1 652,62	395,36	22,77	14,32	3,06	43,37	0,00	2,09			
	Csemege uborka	34,52	8,26	0,36	0,06	0,00	1,56	0,00	1,44			
	U Tejberizs kis poharas 150g	919,60	220,00	6,60	5,00	3,40	36,60	25,00	0,56			
	Összesen:	4 051,53	969,26	44,93	29,83	9,50	128,21	25,01	5,71			





2025. 12. 18. csütörtök (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	 		
	Sajtkrém félzsíros, ömlesztett	142,20	34,02	1,34	2,60	0,00	1,30	0,60	0,18			
	Kukoricás kenyér	543,40	130,00	4,54	0,57	0,15	25,97	0,67	0,70			
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
	E	Zöldségleves O*	299,49	71,65	2,03	3,09	0,32	8,65	0,00	0,65	 	
		Panírozott halrudak O*	831,87	199,01	7,44	11,83	0,85	14,56	0,00	0,00		
		Mexikói párolt rizs O*	1 056,23	252,69	5,48	4,89	0,56	46,24	0,00	0,40		
	U	Teljes kiörlésű sajtos csiga 1	1 504,80	360,00	7,76	14,37	9,71	29,72	3,79	0,44	          	
	Összesen:	4 851,28	1 156,68	35,65	40,41	13,22	140,79	8,06	2,64			
2025. 12. 19. péntek (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	 		
	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			
	Graham kenyér	530,02	126,80	5,73	0,84	0,22	21,51	1,52	0,60	  		
	Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03			
E	Gulyásleves O*csirke	770,38	184,30	18,42	7,18	1,38	11,31	0,10	1,07			
	Tiroli rétes meggyes 110g	1 264,45	302,50	4,97	7,59	4,74	42,09	19,07	0,35	          		





2025. 12. 19.	(00494) Sertéshús	U	Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
			Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96		
			Összesen:	4 107,41	982,63	33,64	23,86	9,06	142,87	30,16	3,67		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

