



Tételes étlap 2026.02.16. - 2026.02.22.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 02. 16. hétfő (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 7-10 év	T		Ínyenc sonka	128,10	30,65	4,92	0,72	0,27	1,05	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		
	E		Tarhonyaleves isk*T.T.M.	351,11	84,00	2,25	0,42	0,04	17,88	0,17	1,87		
			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		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		
				Összesen:	5 882,73	1 383,27	49,93	49,13	13,12	186,95	21,90	9,87	





2026. 02. 17. kedd (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm.7-10 év												
2026. 02. 18. szerda (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm.7-10 év	T	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	      	
	E	Jókai bableves I* .T.M.	1 548,58	370,47	18,20	19,22	5,41	31,11	0,17	3,13	     	
		Gránátos kocka isk* G.M.	1 823,97	436,36	4,21	10,12	1,08	81,18	0,00	0,80		
		Vegyes vágott savanyúság	66,53	15,92	0,88	0,16	0,00	2,72	0,00	0,71		
	U	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
		Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
	Összesen:		6 583,84	1 575,09	31,62	56,11	17,00	233,26	3,34	7,43		
	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	Fahéjas Szilvaleves I* T.M.	518,89	124,14	1,89	0,10	0,00	27,96	11,99	0,26	 	
		Pulykarizseshús I*	2 120,72	507,35	26,74	15,51	3,39	64,45	0,00	2,12		
		Csemege uborka	46,03	11,01	0,48	0,08	0,00	2,08	0,00	1,92		
	U	Sonkaszalámi	109,10	26,10	3,36	0,84	0,33	1,29	0,15	0,84		





2026. 02. 18.	(00547) Tej-toj.- marhahús	U	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:	5 008,99	1 192,45	45,57	37,04	12,18	166,58	15,90	7,16		
2026. 02. 19.	(00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 7-10 év csütörtök	T	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		
			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	Karalábéleves (piros) I*	464,21	111,06	3,03	4,99	0,58	13,27	0,00	0,94		
			Sertés pörkölt I*	1 228,92	294,00	15,45	24,81	7,40	3,62	0,68	1,18		
			Tökfőzelék I* T.M.	630,90	90,21	4,27	4,09	0,42	23,82	0,80	1,05		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		U	Sós perec*diétás	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Összesen:	4 642,28	1 049,88	38,59	55,93	14,83	111,80	5,39	5,51		





2026. 02. 20. péntek (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	       	
		Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
	E	Zöldségleves sulj*tej-tojás m.	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33	 	
		Sült hal isk	848,29	202,94	20,31	9,39	1,65	8,36	0,06	1,11		
		Zelleres Burgonyap. I*G.T.M.	1 137,50	272,13	5,91	5,64	1,36	48,10	2,42	1,53		
	U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
		Összesen:	4 435,15	1 061,04	40,79	50,98	19,62	107,75	7,51	5,75		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

