



## 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.<br>hétfő<br>(00533)<br>Törökmogyoró mentes 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.<br>kedd<br>(00533)<br>Törökmogyoró mentes 7-10 év  |       | T | Szel. gouda sajt, zsíros (kg)  | 448,06       | 107,19         | 7,48        | 8,23     | 4,61           | 0,67           | 0,00      | 0,61   |            |          |
|                                                                  |       |   | 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 I*              | 2 084,32     | 498,64         | 14,93       | 12,28    | 1,58           | 81,10          | 0,00      | 1,30   |            |          |
|                                                                  |       |   | Vegyes vágott savanyúság       | 66,53        | 15,92          | 0,88        | 0,16     | 0,00           | 2,72           | 0,00      | 0,71   |            |          |
|                                                                  |       |   | Alma                           | 218,12       | 52,18          | 0,60        | 0,60     | 0,00           | 10,50          | 0,00      | 0,02   |            |          |
|                                                                  |       |   |                                |              |                |             |          |                |                |           |        |            |          |





|                      |         |                             |   |                                |          |          |       |       |       |        |       |      |  |  |
|----------------------|---------|-----------------------------|---|--------------------------------|----------|----------|-------|-------|-------|--------|-------|------|--|--|
| 2026. 02. 17.        | (00533) | Törökmogyoró mentes         | U | Gluténmentes ostya (kg)        | 875,71   | 209,50   | 0,75  | 4,30  | 1,68  | 41,70  | 1,25  | 1,20 |  |  |
|                      |         |                             |   | Gyümölcsle 0,2-es 50%          | 426,72   | 102,09   | 0,54  | 0,00  | 0,00  | 25,40  | 0,00  | 0,00 |  |  |
|                      |         |                             |   | Összesen:                      | 6 926,08 | 1 656,96 | 49,67 | 59,60 | 17,31 | 227,55 | 3,34  | 7,94 |  |  |
| 2026. 02. 18. szerda | (00533) | Törökmogyoró mentes 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 | 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 |  |  |
|                      |         |                             |   | Trappista sajt, zsíros, félkem | 388,61   | 92,97    | 6,93  | 7,03  | 4,47  | 0,40   | 0,00  | 0,61 |  |  |
|                      |         |                             | 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:                      | 5 351,57 | 1 274,41 | 52,02 | 43,99 | 16,65 | 164,90 | 15,90 | 5,85 |  |  |





| 2026. 02. 19.<br>csütörtök<br>(00533)<br>Törökmogyoró mentes 7-10 év |                                |          |          |       |       |       |        |      |      |  |  |
|----------------------------------------------------------------------|--------------------------------|----------|----------|-------|-------|-------|--------|------|------|--|--|
| 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.<br>péntek<br>(00533)<br>Törökmogyoró mentes 7-10 év    |                                |          |          |       |       |       |        |      |      |  |  |
| T                                                                    | Tojáskrém I*T.M.               | 306,33   | 73,28    | 2,78  | 6,67  | 1,76  | 0,45   | 0,14 | 0,44 |  |  |
|                                                                      | 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 suli*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:                      | 3 936,89 | 941,83   | 39,63 | 38,25 | 15,36 | 107,79 | 7,57 | 5,33 |  |  |





.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

