



Tételes étlap 2026.10.19. - 2026.10.25.

	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. 10. 19. hétfő	(00497) Tej,tojás,halmentes 4-6 év	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
			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		
			Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
		E	Gulyásleves marhahússal O*D.	649,43	155,37	9,17	6,42	0,64	10,75	0,10	1,12		
			Mák szórat O*	619,27	148,15	2,40	8,00	1,00	15,59	10,59	0,00		
			Tészta köret spagetti O G.M	855,55	204,68	0,96	2,74	0,26	43,80	0,00	0,29		
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		U	Gluténmentes perec	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Összesen:	3 380,01	808,62	20,32	23,27	6,35	122,14	20,74	2,60		
2026. 10. 20. kedd	(00497) Tej,tojás,halmentes 4-6 év	T	Zabital csokoládé 200 ml	401,28	96,00	4,40	3,20	0,60	11,80	9,00	0,42		
			Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	16,13	0,01		
			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		
		E	Zöldségleves O*G.M.	295,34	70,65	1,45	3,12	0,34	8,62	0,03	0,84		
			Grill virsli O* diéta	700,25	167,52	8,13	14,86	5,19	0,13	0,00	1,63		





2026. 10. 20. kedd	(00497) Tej,tojás,halmentes 4-6 év	E	Zöldbabfőzelék O* G.T.M.	543,76	130,09	3,84	4,37	0,46	17,66	0,06	0,60		
			Zsemle, vizes 54g	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,92	0,39		
		U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
			Abonett 100g	289,26	69,20	3,00	0,66	0,12	12,00	0,22	0,16		
			Összesen:	4 512,94	1 079,64	31,78	49,57	19,84	123,09	31,37	5,08		
2026. 10. 21. szerda	(00497) Tej,tojás,halmentes 4-6 év	T	Tejeskávészóvi T.M.	435,98	104,30	0,74	1,91	0,24	20,93	12,99	0,00		
			Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40		
			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		
			TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
		E	Gombaleves O* G.T.M.	342,57	81,95	2,19	4,87	0,56	6,79	0,03	0,83		
			Natúr sertéskaraj O* G.M.	697,34	166,83	13,05	10,45	2,37	4,87	0,01	1,11		
			Tört burgonya O*	587,92	140,65	3,75	0,30	0,04	30,00	0,00	0,51		
		U	Csemege szálami	309,83	74,12	2,94	6,87	2,42	0,05	0,00	0,00		
			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:	4 836,94	1 153,23	37,47	51,30	13,23	132,34	16,93	4,69		





2026. 10. 22. csütörtök	(00497) Tej, tojás, halmentes 4-6 év	T	Kókuszital	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07		
			Szendvicskrém, vegán (diétás)	153,62	36,75	0,15	3,60	3,15	0,96	0,00	0,21		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
		E	Gyümölcslé 100%-os	427,85	102,36	1,30	0,36	0,00	21,80	0,00	0,01		
			Pulykarizseshús O*	1 518,58	363,30	19,21	11,59	2,54	45,02	0,00	1,88		
		U	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
			Sajt helyettesítő, szeletelt (	244,11	58,40	0,10	4,60	3,20	4,20	0,00	0,40		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Összesen:	5 856,39	1 006,79	37,57	74,95	50,03	146,64	3,74	4,29		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

