



Tételes étlap 2026.09.28. - 2026.10.04.

	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. 09. 28. hétfő	(00165) Tej és kakaómentes (T_E_U)	T	Félbarna kenyér	540,54	129,32	4,90	0,50	0,15	26,15	1,55	1,00	1,(6),(7)	
			Gyümölcs tea 7-10év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00		
			Párizsi krém TM.	347,33	83,09	0,49	8,95	2,49	0,13	0,00	0,28	(1),(6),(7),(10)	
		E	Karfiollevés *mir.* TM.	387,31	92,66	3,06	4,48	0,54	9,82	0,00	2,07	1,3,9	
			Bolognai spagetti *7-10év	1 523,72	332,34	15,77	17,10	5,18	34,55	0,00	1,16	1,3,7	
			Alma *	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		U	Pástétom 30g *	329,11	78,73	4,14	6,60	2,44	0,60	0,00	0,84	(1),(6),(7)	
			Teljes kiőrlésű kenyér 0,75	494,65	118,34	4,63	0,61	0,04	23,44	0,00	0,49	1,(6),(7),(11)	
			Tv paprika	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Összesen:	3 952,54	913,40	33,92	38,74	10,84	111,85	11,54	5,85		
2026. 09. 29. kedd	(00165) Tej és kakaómentes (T_E_U)	T	Pulyka sonka*	138,60	0,00	5,10	0,84	0,27	1,26	0,00	0,64	(1),(6),(7)	
			Margarin Ewa	531,22	0,00	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	(7)	
			Teljes kiőrlésű kenyér 0,75	494,65	118,34	4,63	0,61	0,04	23,44	0,00	0,49	1,(6),(7),(11)	
			Gyümölcs tea 7-10év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00		
		E	Gulyásleves 7-10év	1 276,87	303,68	12,34	15,02	4,15	29,16	0,56	1,59	1,3,9,(7),(10)	
			Tejbendara fahéjas szórás tejQ	1 156,48	142,96	4,17	3,38	0,54	57,04	20,77	0,16	1	
			Banán*	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
		U	Diák csemege *	369,77	88,46	3,50	8,20	3,15	0,06	0,00	1,00	(1),(6),(7)	
			Margarin Ewa	531,22	0,00	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	(7)	
			Korpás kenyér 0,5	409,99	0,00	3,58	0,55	0,04	25,00	0,00	0,41	1,(6),(7),(11)	
			Uborka*	24,57	5,88	0,50	0,05	0,00	0,85	0,00	0,02		
			Összesen:	5 556,61	808,42	35,73	56,85	15,79	171,33	31,32	4,77		





2026. 09. 30. szerda												
(00165) Tej és kakaómentes (T_E_U)												
T	Csirkemell sonka	163,02	39,00	6,66	0,42	0,16	0,06	0,00	0,69	(1),(6),(7)		
	Margarin Ewa	531,22	0,00	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	(7)		
	Magvas kenyér 0,5kg	688,53	164,72	0,72	0,29	0,07	2,74	0,17	0,10	1,5,11,(8)		
	Gyümölcs tea 7-10év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00			
	E	Zöldborsóleves mir.*7-10év	852,24	202,10	7,53	10,21	1,15	19,99	0,00	1,57	1,3,(7),(10)	
		Almamártás mir. TM x	611,40	146,27	2,74	0,20	0,10	32,78	11,99	0,29	1	
		Sült csirkecomb 7-10év	1 404,69	336,05	46,04	16,10	3,41	1,36	0,00	1,51	(1),(3),(6),(7),(10),(11)	
	U	Kenyér saját 0,75kg	475,50	113,61	4,65	0,34	0,16	23,02	0,00	0,50	1	
		Sonkakrém diéta x	401,89	76,25	3,08	8,90	2,45	0,80	0,00	0,50	(1),(6),(7)	
		Tv paprika	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Összesen:		5 312,96	1 122,13	71,99	50,56	11,30	90,99	22,15	5,36			
2026. 10. 01. csütörtök												
(00165) Tej és kakaómentes (T_E_U)												
T	Minijam 30.g *	284,27	68,01	0,39	0,00	0,00	16,20	16,20	0,02	(12)		
	Margarin Ewa	531,22	0,00	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	(7)		
	Teljes kiőrlésű kenyér 0,75	494,65	118,34	4,63	0,61	0,04	23,44	0,00	0,49	1,(6),(7),(11)		
	Gyümölcs tea 7-10év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00			
E	Finom főzelék mirelitből TM *	664,28	158,92	4,94	4,81	0,58	23,62	5,99	3,66	1		
	Vagdalt * 7-10év	1 610,54	385,30	20,42	15,54	4,86	38,46	1,28	2,40	1,3,(6),(7),(10),(11)		
	Francia hagymaleves TM x	446,47	106,81	2,06	5,74	0,70	11,25	0,00	1,61	1,9		
U	Barna zsemle 50gr	526,81	0,00	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56	1		
	Paradicsom *	45,78	10,95	0,50	0,10	0,02	2,00	0,00	0,01			
	Zalaikrém házi TM.	626,04	76,25	4,70	14,37	4,46	0,22	0,00	0,87	(1),(6),(7)		
Összesen:		5 414,53	968,71	43,55	56,04	14,53	149,71	33,46	9,82			





2026. 10. 02. péntek	(00165) Tej és kakaómentes (T_E_U)	T	Félbarna kenyér	540,54	129,32	4,90	0,50	0,15	26,15	1,55	1,00	1,(6),(7)	
			Gépsonka,orsi sonka *	196,43	46,99	6,78	2,13	0,73	0,12	0,00	0,33	(1),(6),(7)	
			Gyümölcs tea 7-10év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00		
			Margarin Ewa	531,22	0,00	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	(7)	
		E	Vegyes gyüm.levesmir.TM *	512,67	122,65	2,01	0,23	0,07	27,61	14,72	0,59	1	
			Rizseshús*7-10év	2 735,42	654,41	29,63	37,40	12,38	49,03	0,00	0,74		
			Savanyú uborka *	23,02	5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,96	10	
		U	Barna kenyér	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Sertésmájás *	263,84	63,12	3,18	5,54	2,53	0,06	0,00	0,55	(1),(6),(7),(10)	
			Alma *	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
			Összesen:	5 133,02	1 100,92	47,71	60,34	19,66	121,25	26,26	4,38		

Fodor Mihály	Szabó Orsolya	Nagy Mónika
.....		
Élelmezési	Vezető	Gazdaságvezető
osztályvezető	dietetikus	

