



Tételes étlap 2026.10.05. - 2026.10.11.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidr át (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 10. 05. hétfő	(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	Reszelttészta leves *7-10év	1 136,72	270,70	8,65	7,46	1,16	41,28	0,80	1,21	1,3,(7),(10)	
			Zöldborsófőzelék diab TM.	1 064,28	254,61	7,37	14,78	1,96	22,55	2,40	0,98	1,7	
			Bundás mackó * rög	1 097,04	261,20	7,00	25,00	0,00	0,20	0,00	2,80		
			Müzli szelet *	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	0,00	0,00	1	
		U	Magvas kenyér saját 0,5	54,01	11,21	0,55	0,53	0,01	1,47	0,00	0,05	1,11	
			Uborka*	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
			Sonkakrém diéta x	401,89	76,25	3,08	8,90	2,44	0,80	0,00	0,50	(1),(6),(7)	
		Összesen:	5 584,17	1 184,75	33,74	74,21	9,41	128,29	29,39	6,26			
2026. 10. 06. kedd	(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	Húsgombóc leves 7-10év	648,86	146,89	8,17	8,52	2,87	9,73	0,00	1,48	1,3,(7),(10)	
			Spenótos tejszínes penne TM	1 353,43	323,78	9,73	12,34	1,27	42,54	0,00	1,48	(1),(3),(6),(7),(10),(11)	
			Alma *	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		U	Tojáskrém* (tejmentes)	136,90	32,75	1,67	2,74	0,71	0,31	0,00	0,95	3,10,(7),(12)	
			Kenyer saját 0,75kg	475,50	113,61	4,65	0,34	0,16	23,02	0,00	0,50	1	
			Tv paprika	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
				Összesen:	4 327,34	899,67	32,57	39,15	9,04	95,64	10,16	5,41	





2026. 10. 07. szerda	(00165) Tej és kakaómentes (T_E_U)	T	Főtt virsli	780,00	186,60	9,75	15,60	5,98	0,16	0,00	2,01	(1),(6),(7),(10)	
2026. 10. 08. csütörtök	(00165) Tej és kakaómentes (T_E_U)	T	Ketchup*	136,08	32,56	0,63	0,12	0,02	7,20	7,20	0,65	(1)	
			Félbarna kenyér	648,65	155,18	5,88	0,60	0,18	31,38	1,86	1,20	1,(6),(7)	
			Gyümölcs tea 7-10év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00		
			Paradicsomleves *	728,47	174,28	4,00	5,46	0,62	27,02	9,99	2,13	1,3,9	
		E	Rántott hal 7-10év	1 098,90	262,89	10,27	10,41	0,53	30,26	0,00	0,00		
			Burgonyapüré 200 g TM.	996,38	238,37	5,02	5,60	1,57	40,03	1,60	2,56	(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)	
			Alma *	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		U	Párizsi krém TM.	347,33	83,09	0,49	8,95	2,49	0,13	0,00	0,28	(1),(6),(7),(10)	
			Összesen:	5 560,34	1 330,23	41,60	47,85	11,43	176,78	30,64	9,33		
		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	Zellerkrémleves mir. TM x	608,35	145,54	2,10	10,73	1,57	9,56	0,00	1,10	1,9,(7)	
			Pirított zsemlecocka natúr	1 252,65	299,68	3,95	18,20	0,00	27,75	0,00	0,00		
			Tarhonyáshús*7-10év	3 652,59	873,83	35,47	47,69	11,55	74,60	0,00	1,38	1,3	
			Savanyú uborka *	23,02	5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,96	10	
		U	Kenyer saját 0,75kg	475,50	113,61	4,65	0,34	0,16	23,02	0,00	0,50	1	
			Margarin Ewa	531,22	0,00	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	(7)	





2026. 10. 09. péntek	2026. 10. 08. péntek	(00165)	Tej és kakaómentes (T_E_U)	Tej és	U	Méz kg-os *	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
						Üdítő 2 dl*	3,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,08	15	
						Összesen:	8 169,13	1 666,07	56,83	106,55	21,19	187,39	26,19	5,55		
						T	Pástétom 30g *	329,11	78,73	4,14	6,60	2,44	0,60	0,00	0,84	(1),(6),(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	Lebbencsleves*7-10év	539,41	127,85	3,51	3,99	1,44	19,05	0,48	1,38	1,3,(7),(10)
							Lecsós pulyka apró 7-10év	1 585,10	379,21	23,83	26,48	6,99	10,90	0,00	2,08	1
							Párolt rizsköret 7-10év	1 131,79	269,60	5,71	3,00	0,36	54,89	0,00	1,17	(1),(3),(7),(10)
						U	Barna zsemle 100gr	1 053,61	0,00	10,68	1,55	0,15	48,55	0,00	1,11	1
							Tv paprika	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
							Zalaikrém házi TM.	626,05	76,25	4,70	14,37	4,46	0,23	0,00	0,87	(1),(6),(7)
							Összesen:	6 138,07	1 140,49	53,82	56,38	15,91	147,12	10,64	7,55	

Fodor Mihály

.....

Élelmezési

Szabó Orsolya

.....

osztályvezető

Nagy Mónika

.....

Vezető

Gazdaságvezető

dietetikus

