



| Tételes étlap 2026.03.16. - 2026.03.22. |                                       |   |                               |              |                |             |          |              |                |           |        |            |          |
|-----------------------------------------|---------------------------------------|---|-------------------------------|--------------|----------------|-------------|----------|--------------|----------------|-----------|--------|------------|----------|
|                                         | Diéta                                 |   | Étlap tétel                   | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsírsv (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének | Fogy. ár |
| 2026. 03. 16.<br>hétfő                  | (00037)<br>Tejmentes alsós (ebéd-usi) | E | Zöldborsóleves mir.*7-10év    | 859,52       | 202,10         | 7,60        | 10,22    | 1,15         | 20,32          | 0,00      | 3,55   |            |          |
|                                         |                                       |   | Burgonya főzelék              | 1 203,20     | 287,84         | 5,44        | 11,32    | 1,39         | 39,72          | 3,96      | 0,90   |            |          |
|                                         |                                       |   | Vagdalt * 7-10év              | 1 610,54     | 385,30         | 20,42       | 15,54    | 4,86         | 38,46          | 0,00      | 3,31   |            |          |
|                                         |                                       |   | Müzli szelet *                | 320,88       | 76,77          | 1,20        | 2,80     | 0,00         | 11,60          | 0,00      | 0,00   |            |          |
|                                         |                                       |   | Összesen:                     | 3 994,14     | 952,01         | 34,66       | 39,88    | 7,40         | 110,10         | 3,96      | 7,76   |            |          |
| 2026. 03. 17.<br>kedd                   | (00037)<br>Tejmentes alsós (ebéd-usi) | E | Sertésraguleves 7-10év        | 1 011,11     | 241,85         | 10,70       | 16,71    | 4,22         | 11,59          | 0,00      | 2,02   |            |          |
|                                         |                                       |   | Tejbendara szórás *7-10évTejQ | 6 859,68     | 1 473,95       | 39,41       | 8,25     | 2,73         | 350,35         | 40,96     | 0,53   |            |          |
|                                         |                                       |   | Banán*                        | 438,77       | 104,97         | 1,30        | 0,10     | 0,00         | 24,20          | 0,00      | 0,06   |            |          |
|                                         |                                       |   | Összesen:                     | 8 309,56     | 1 820,77       | 51,41       | 25,06    | 6,95         | 386,14         | 40,96     | 2,61   |            |          |





| 2026. 03. 18. szerda (00037) Tejmentes alsós (ebéd-usi)    |   |                            |          |        |       |       |       |        |       |      |  |  |
|------------------------------------------------------------|---|----------------------------|----------|--------|-------|-------|-------|--------|-------|------|--|--|
| 2026. 03. 19. csütörtök (00037) Tejmentes alsós (ebéd-usi) | E | Szilvaleves TM x           | 551,09   | 131,84 | 2,12  | 0,14  | 0,07  | 29,89  | 14,99 | 0,60 |  |  |
|                                                            |   | Rizi-bizi mir. 7-10é       | 1 858,55 | 444,63 | 11,07 | 6,98  | 0,80  | 83,75  | 0,00  | 1,50 |  |  |
|                                                            |   | Flekken karaj.             | 1 291,20 | 308,90 | 13,84 | 24,30 | 6,86  | 8,34   | 0,00  | 3,07 |  |  |
|                                                            |   |                            |          |        |       |       |       |        |       |      |  |  |
|                                                            |   | Összesen:                  | 3 700,84 | 885,37 | 27,03 | 31,42 | 7,73  | 121,98 | 14,99 | 5,17 |  |  |
|                                                            | E | Karalábéleves (mir)*7-10év | 763,80   | 181,43 | 6,63  | 6,11  | 0,73  | 24,81  | 0,00  | 2,38 |  |  |
|                                                            |   | Borsos tokány*7-10év       | 1 700,43 | 406,80 | 18,78 | 33,31 | 9,60  | 7,45   | 0,00  | 1,70 |  |  |
|                                                            |   | Tészta köret (klf.) 7-10év | 1 634,97 | 391,14 | 12,00 | 12,00 | 1,55  | 58,32  | 0,00  | 1,97 |  |  |
|                                                            |   |                            |          |        |       |       |       |        |       |      |  |  |
|                                                            |   | Összesen:                  | 4 099,20 | 979,37 | 37,41 | 51,42 | 11,88 | 90,58  | 0,00  | 6,05 |  |  |





|                                    |                            |                             |          |          |       |       |      |        |      |      |  |  |
|------------------------------------|----------------------------|-----------------------------|----------|----------|-------|-------|------|--------|------|------|--|--|
| 2026. 03. 20.<br>péntek<br>(00037) | Tejmentes alsós (ebéd-usi) |                             |          |          |       |       |      |        |      |      |  |  |
|                                    | E                          | Paradicsom leves 7-10év     | 1 111,51 | 265,91   | 6,12  | 10,49 | 1,20 | 36,42  | 9,99 | 2,43 |  |  |
|                                    |                            | Rántott sertésszelet*7-10év | 2 918,81 | 698,28   | 22,62 | 54,23 | 7,94 | 29,11  | 0,00 | 2,06 |  |  |
|                                    |                            | Párolt rizsköret 7-10év     | 1 706,45 | 407,08   | 8,11  | 6,81  | 0,80 | 78,14  | 0,00 | 2,15 |  |  |
|                                    |                            |                             |          |          |       |       |      |        |      |      |  |  |
|                                    |                            | Összesen:                   | 5 736,77 | 1 371,27 | 36,85 | 71,53 | 9,94 | 143,67 | 9,99 | 6,64 |  |  |

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

