



Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 05. 26. kedd (00045) Tejmentes felsős ebéd	T Citromos tea 19-69év	123,62	29,57	1,32	0,26	0,00	5,34	5,00	0,00		
	Főtt virsli	910,00	217,70	11,38	18,20	6,97	0,18	0,00	2,35		
	Ketchup*	136,08	32,56	0,63	0,12	0,02	7,20	7,20	0,65		
	Teljes kiőrlésű kenyér 0,75	494,65	118,34	4,63	0,61	0,04	23,44	0,00	0,49		
	E Sertésraguleves 11-14év	951,47	226,42	9,91	16,56	4,20	9,32	0,00	2,26		
	Alma *	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	Darásmetélt ízzel*11-14év	3 585,29	857,73	20,89	13,28	1,98	162,58	45,64	1,12		
	U Kenyér 0,75kg	548,52	131,23	5,00	0,40	0,15	26,75	1,60	1,11		
	Uborka*	24,57	5,88	0,50	0,05	0,00	0,85	0,00	0,02		
	Sonkakrém diéta x	630,57	88,96	9,55	11,37	3,17	2,41	0,00	1,33		
	Összesen:	7 550,18	1 743,18	64,21	61,25	16,53	245,07	59,44	9,34		
2026. 05. 27. szerda (00045) Tejmentes felsős ebéd	T Gyümölcs tea 11-14év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00		
	Minijam 30.g *	284,27	68,01	0,39	0,00	0,00	16,20	16,20	0,02		
	Margarin Ewa	531,22	0,00	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	Félbarna kenyér	540,54	129,32	4,90	0,50	0,15	26,15	1,55	1,00		
	E Szilvaleves TM x	642,94	153,81	2,47	0,17	0,08	34,87	17,49	0,70		





2026. 05. 27. szerda (00045) Tejmentes felsős ebéd												
E	Finomfőzelék *mir.* TM.	804,41	192,44	6,66	6,98	0,81	25,30	3,50	5,00			
	Vagdalt * 11-14év	1 610,54	385,30	20,42	15,54	4,86	38,46	1,28	2,40			
U	Olasz felvágott *	419,83	100,44	4,11	9,24	3,44	0,09	0,00	1,26			
	Margarin Ewa	531,22	0,00	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20			
	Magvas kenyér saját 0,5	54,01	11,21	0,55	0,53	0,01	1,47	0,00	0,05			
	Összesen:	5 603,45	1 084,66	40,11	61,06	16,95	152,86	50,01	10,83			
2026. 05. 28. csütörtök (00045) Tejmentes felsős ebéd												
T	Gyümölcs tea 11-14év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00			
	Pástétom 30g *	329,11	78,73	4,14	6,60	2,44	0,60	0,00	0,84			
	Magvas kenyér 0,5kg	688,53	164,72	0,72	0,29	0,07	2,74	0,17	0,10			
E	Karalábéleves 11-14év	694,28	164,88	5,79	5,94	0,73	22,01	0,00	1,40			
	Rántott sertésszelet*11-14év	2 918,81	698,28	22,62	54,23	7,94	29,11	0,00	1,08			
	Tört burgonya 11-14év	1 637,42	328,18	8,77	7,00	1,99	70,04	2,80	0,63			
U	Barna Kifli 100gr	1 430,81	0,00	12,00	13,39	1,75	43,05	0,00	0,88			
	Retek darabos	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Gépsonka,orsi sonka *	196,43	46,99	6,78	2,13	0,73	0,12	0,00	0,33			
	Összesen:	8 079,86	1 525,91	61,35	89,68	15,65	177,83	12,96	5,26			





2026. 05. 29.

péntek

(00045)

Tejmentes felsős ebéd

T	Gyümölcs tea 11-14év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00		
	Miniméz 20 g. *	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
	Margarin Ewa	531,22	0,00	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	Félbarna kenyér	540,54	129,32	4,90	0,50	0,15	26,15	1,55	1,00		
	E	Csontleves *11-14év	375,30	86,11	4,48	2,25	0,09	12,86	0,00	1,56	
		Rizszeshús*	2 735,42	654,41	29,63	37,40	12,38	49,03	0,00	1,73	
	U	Korpás kenyér saját 0,5	29,19	6,63	0,30	0,03	0,01	1,38	0,00	0,05	
		Csirkemell sonka	163,02	39,00	6,66	0,42	0,16	0,06	0,00	0,69	
		Margarin Ewa	531,22	0,00	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
		Zöldpaprika *	40,95	9,80	0,60	0,15	0,00	1,50	0,00	0,00	
	Összesen:		5 404,83	1 034,83	47,26	68,85	20,39	117,50	27,74	5,43	

Fodor Mihály

Szabó Orsolya

Nagy Mónika

.....

.....

.....

Élelmezési

Vezető

Gazdaságvezető

osztályvezető

diétetikus

