Tételes étlap 2026.05.04. - 2026.05.10.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 05. 04. hétfő	(00051) Lactose mentes alsós (E)	**T**	Gyümölcs tea 11-14év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00		
			Csirkemell sonka	217,36	52,00	8,88	0,56	0,21	0,08	0,00	0,92		
			Margarin Ewa	531,22	0,00	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
			Teljes kiőrlésű kenyér 0,75	494,65	118,34	4,63	0,61	0,04	23,44	0,00	0,49		
		E	Vegyes gyüm.levesmir.TM *	598,12	143,09	2,35	0,27	0,08	32,21	17,18	0,69		
			Tészta köret (klf.) 11-14év	1 634,97	391,14	12,00	12,00	1,55	58,32	0,00	0,99		
			Kalotaszegi Pulyka	1 826,96	437,07	33,96	28,59	10,40	10,43	0,00	1,73		
			Összesen:	5 487,75	1 185,77	62,39	56,13	16,08	134,72	27,17	5,02		
2026. 05. 05. kedd	(00051) Lactose mentes alsós (E)	**T**	Gyümölcs tea 11-14év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00		
			Főtt virsli	910,00	217,70	11,38	18,20	6,97	0,18	0,00	2,35		
			Ketchup*	181,44	43,41	0,84	0,16	0,02	9,60	9,60	0,86		
			Félbarna kenyér	540,54	129,32	4,90	0,50	0,15	26,15	1,55	1,00		
		E	Gulyásleves	1 878,48	449,33	17,36	24,57	6,42	38,02	0,74	2,22		
			Tejbenrizs-szórás TM*	1 459,75	232,23	4,91	3,11	0,53	74,98	28,67	0,70		
			Banán*	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
			Összesen:	5 593,45	1 221,09	41,22	46,74	14,09	183,29	50,55	7,19		

2026. 05. 06. szerda	(00051) Lactose mentes alsós (E)	**T**	Gyümölcs tea 11-14év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00		
			Gépsonka,orsi sonka *	261,91	62,66	9,04	2,84	0,97	0,16	0,00	0,45		
			Magvas kenyér 0,5kg	688,53	164,72	0,72	0,29	0,07	2,74	0,17	0,10		
			Margarin Ewa	531,22	0,00	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		E	Paradicsom leves 11-14év	1 111,51	265,91	6,12	10,49	1,20	36,42	9,99	1,45		
			Hentes tokány *11-14év	2 073,45	496,04	23,29	38,57	11,64	11,94	0,00	3,09		
			Tészta köret (klf.) 11-14év	1 634,97	391,14	12,00	12,00	1,55	58,32	0,00	0,99		
			Összesen:	6 486,06	1 424,60	51,74	78,29	19,23	119,82	20,15	6,28		
2026. 05. 07. csütörtök	(00051) Lactose mentes alsós (E)	**T**	Gyümölcs tea 11-14év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00		
			Zalai felvágott *	409,75	0,00	6,24	7,96	2,91	0,24	0,00	1,00		
			Margarin Ewa	531,22	0,00	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
			Teljes kiőrlésű kenyér 0,75	494,65	118,34	4,63	0,61	0,04	23,44	0,00	0,49		
		E	Zöldbableves TM mir.*	510,95	122,22	3,81	4,28	0,52	16,72	1,40	2,37		
			Sertés pörkölt*11-14év	1 873,71	448,26	21,69	38,06	11,28	4,16	0,00	0,71		

2026. 05. 07	(00051)	E	Burgonya sós 11-14év	1 175,84	281,30	7,50	0,00	0,08	60,00	2,40	0,52		
			Összesen:	5 180,59	1 014,25	44,44	65,01	18,63	114,80	13,79	5,29		
2026. 05. 08. péntek	(00051) Lactose mentes alsós (E)	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	Édes savanyú csirkemell*11-14é	1 175,03	281,11	25,02	5,80	0,78	50,17	35,24	1,67		
			Párolt rízsköret 11-14év	1 706,45	407,08	8,11	6,81	0,80	78,14	0,00	1,17		
			Tavaszi zöldségleves*11-14év	636,97	151,18	4,84	5,84	0,72	19,79	0,00	1,36		
			Összesen:	4 720,56	1 126,95	43,36	25,44	4,81	161,60	45,40	5,14		

Fodor Mihály
.....
Élelmezési osztályvezető

Szabó Orsolya
.....
Vezető dietetikus

Nagy Mónika
.....
Gazdaságvezető