







Tételes étlap 2026.05.11. - 2026.05.17.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 05. 11. 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 Burgonyaleves magyaros*11-14év	1 189,20	283,31	6,23	9,54	1,16	41,75	1,20	1,22		
	Tészta köret (klf.) 11-14év	1 634,97	391,14	12,00	12,00	1,55	58,32	0,00	0,99		
	Temesvári sertés ragu TM	1 038,61	248,47	13,22	20,11	6,34	3,30	0,00	1,16		
Összesen:	5 290,48	1 137,39	45,53	56,92	13,10	137,13	11,19	4,98			
2026. 05. 12. 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		
	Pulyka sonka*	184,80	0,00	6,80	1,12	0,37	1,68	0,00	0,85		
	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 *Pulykaraguleves *mir.*	1 593,04	381,08	27,69	17,38	4,10	27,67	0,00	2,28		
	Morzás nudli*	3 104,76	742,76	16,92	9,81	1,06	143,14	34,24	2,06		
	Banán*	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
Összesen:	6 577,60	1 402,26	58,18	43,01	9,48	233,08	45,78	6,45			





2026. 05. 13. 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			
	Magvas kenyér 0,5kg	688,53	164,72	0,72	0,29	0,07	2,74	0,17	0,10	   		
	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			
	E	Zöldségleves mir.* 11-14év	393,99	93,05	3,49	3,57	0,42	11,84	0,00	1,25	   	
		Burgonya főzelék	1 403,73	335,82	6,35	13,21	1,62	46,34	4,62	1,05		
		Vagdalt * 11-14év	1 610,54	385,30	20,42	15,54	4,86	38,46	1,28	2,40	      	
Összesen:		5 222,23	1 023,02	37,79	54,67	13,68	109,86	16,06	6,00			
2026. 05. 14. 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			
	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	Almaleves mir. TM.*	583,16	139,51	2,19	0,17	0,08	31,72	13,99	0,34			
	Rántott hal 11-14év	1 098,90	262,89	10,27	10,41	0,53	30,26	0,00	0,00			





2026. 05. 14	(00051)	E	Tört burgonya 11-14év	1 637,42	328,18	8,77	7,00	1,99	70,04	2,80	0,63		
			Összesen:	4 849,21	969,46	26,78	32,18	6,55	184,61	44,53	2,17		
2026. 05. 15. péntek	(00051)	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	Paradicsom leves 11-14év	1 111,51	265,91	6,12	10,49	1,20	36,42	9,99	1,45	  	
			Majorannás sert. tokány*11-14	1 675,89	400,93	18,56	33,28	9,60	6,29	0,00	0,68		
			Párolt rizsköret 11-14év	1 706,45	407,08	8,11	6,81	0,80	78,14	0,00	1,17	   	
	Összesen:	5 695,96	1 361,50	38,18	57,57	14,11	134,35	20,15	4,24				

Fodor Mihály  
.....

Élelmezési  
osztályvezető

Szabó Orsolya  
.....

Vezető

Nagy Mónika  
.....

Gazdaságvezető  
dietetikus

