Tételes étlap 2026.11.09. - 2026.11.15.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 11. 09. hétfő	(00051) Lactose mentes alsós (E)	**T**	Gyümölcs joghurt db.	694,32	166,11	5,59	5,79	3,13	22,45	22,45	0,49	7,(1)	
			Kifli 100g	536,95	128,46	5,67	2,60	1,49	20,45	0,00	0,76	1,3,7	
		E	Zöldborsófőzelék tejQ 7-10év	1 780,13	404,98	10,82	24,35	2,83	40,13	6,22	1,50	1	
			Csontleves *7-10év	339,98	79,59	3,92	2,06	0,31	11,90	1,03	1,61	1,3,9,(7),(10)	
			Sült virsli 7-10év	720,17	172,29	8,13	14,86	5,19	0,13	0,00	1,63	(1),(6),(7),(10)	
		U	Sertésmájas *	395,77	94,68	4,77	8,31	3,80	0,09	0,00	0,83	(1),(6),(7),(10)	
			Magos zsemle	750,26	179,49	6,26	1,53	0,00	34,95	0,00	0,96	1,3,7,11	
			Zöldpaprika *	40,95	9,80	0,60	0,15	0,00	1,50	0,00	0,00		
			Összesen:	5 258,53	1 235,40	45,76	59,65	16,75	131,60	29,70	7,78		
2026. 11. 10. kedd	(00051) Lactose mentes alsós (E)	**T**	Kolbászos batyu gyerek 7-10év	1 879,16	361,60	8,25	32,90	2,88	27,13	0,00	0,84		
			Gyümölcs tea 7-10év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00		
		E	Pulykaraguleves *7-10év	1 089,91	259,58	16,14	15,65	3,04	13,42	0,81	1,40	1,3,(7),(10)	
			Darásmetélt ízzel*7-10év	3 585,29	857,73	20,89	13,28	1,98	162,58	45,74	1,12	1,3,(12)	
			Alma *	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		U	Vajkrém natúr, ízesített	32,68	7,82	0,11	0,72	0,00	0,04	0,00	0,00		
			Kenyér 0,75kg	548,52	131,23	5,00	0,40	0,15	26,75	1,60	1,11	1,(7)	
			Uborka*	24,57	5,88	0,50	0,05	0,00	0,85	0,00	0,02		
			Összesen:	7 490,01	1 702,76	51,82	63,50	8,05	247,93	58,14	4,50		
2026. 11. 11. szerda	(00051) Lactose mentes alsós (E)	**T**	Tej 1,5 5/1 *	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	7	
			Kakaós csiga (1 db) *	1 998,04	478,00	7,92	29,41	10,07	45,06	17,75	0,92	1,7,(3),(6),(12)	
		E	Fokhagymakrémleves 7-10év tejQ	495,32	66,34	4,25	5,59	1,55	15,98	1,36	2,38	1,9	
			Rántott sertésszelet*7-10év	2 918,81	698,28	22,62	54,23	7,94	29,11	0,11	1,08	1,3	
			Rizi-bizi mir. 7-10é	1 858,55	444,63	11,07	6,98	0,80	83,75	0,27	0,52		
		U	Olasz felvágott *	419,83	100,44	4,11	9,24	3,44	0,09	0,00	1,26	(1),(6),(7)	
			Margarin Ewa	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20	(7)	

2026. 11. 11	(00051)	U	Magvas kenyér saját 0,5	54,01	11,21	0,55	0,53	0,01	1,47	0,00	0,05	1,11	
			Összesen:	8 681,50	2 023,05	57,36	122,98	29,24	186,14	19,57	6,68		
2026. 11. 12. csütörtök	(00051) Lactose mentes alsós (E)	T	Tej 1,5 5/1 *	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	7	
			Pudingos rácsos péksüti 7-10év	1 255,07	254,98	9,09	1,01	0,43	63,78	21,33	0,94	1,3	
		E	Szilvaleves TM x	551,09	131,84	2,12	0,14	0,07	29,89	15,02	0,60	1	
			Rakott karfiol TM x	1 579,34	377,83	18,76	21,49	6,04	26,87	0,33	0,82	1,3	
		U	Kockasajt 8 db-os *	531,01	127,04	6,31	10,26	6,76	2,22	2,22	1,01	7	
			Barna Kifli 100gr	1 430,81	0,00	12,00	13,39	1,75	43,05	0,00	0,88	1,3,7,(8),(11)	
			Retek darabos	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Összesen:	5 753,04	988,75	55,08	49,29	16,68	176,41	38,90	4,52		
2026. 11. 13. péntek	(00051) Lactose mentes alsós (E)	T	Tej 1,5 5/1 *	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	7	
			Lekváros bukta 11-14év	2 770,57	662,81	20,47	11,34	3,46	119,41	29,15	0,21	1,3,7,(12)	
		E	Daragaluskaleves* 7-10év	623,47	147,41	4,60	6,81	1,13	17,17	0,61	1,57	1,3,(7),(10)	
			Zöldséges pulykaragu *7-10év	1 637,12	391,65	19,40	30,59	9,29	9,11	0,82	2,12	1,9	
			Párolt rizs	1 623,16	388,32	8,00	4,94	0,58	77,50	0,12	1,49		
		U	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	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20	(7)	
			Korpás kenyér saját 0,5	29,19	6,63	0,30	0,03	0,01	1,38	0,01	0,05	1	
			Zöldpaprika *	40,95	9,80	0,60	0,15	0,00	1,50	0,00	0,00		
			Összesen:	7 824,42	1 869,77	66,87	71,28	20,06	236,81	30,79	6,60		

Fodor Mihály
.....
Élelmezési osztályvezető

Szabó Orsolya
.....
Vezető

Nagy Mónika
.....
Gazdaságvezető dietetikus