



Tételes étlap 2026.10.19. - 2026.10.25.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidr át (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 10. 19. hétfő	(00165) Tej és kakaómentes (T_E_U)	T	Teljes kiőrlésű kenyér 0,75	494,65	118,34	4,63	0,61	0,04	23,44	0,00	0,49	1,(6),(7),(11)	
			Gyümölcs tea 7-10év	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	(1),(6),(7)	
			Margarin Ewa	531,22	0,00	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	(7)	
		E	Hamisgulyásleves *7-10év	33,09	0,00	0,24	0,02	1,52	1,66	0,80	1,53	1,3,(7),(10)	
			Csikós tokány tej mentes*	16,55	0,00	0,12	0,01	7,42	0,83	0,00	3,27	1	
			Párolt rizsköret 7-10év	8,27	0,00	0,06	0,01	0,36	0,42	0,00	1,17	(1),(3),(7),(10)	
		U	Harcsapástétom	14,55	0,00	0,29	0,26	0,07	0,00	0,00	0,02	4,(6)	
			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:	2 040,69	299,58	18,21	16,58	13,73	65,87	12,39	8,66		
2026. 10. 20. kedd	(00165) Tej és kakaómentes (T_E_U)	T	Főtt virsli	910,00	217,70	11,38	18,20	6,97	0,18	0,00	2,35	(1),(6),(7),(10)	
			Ketchup*	136,08	32,56	0,63	0,12	0,02	7,20	7,20	0,65	(1)	
			Félbarna kenyér	540,54	129,32	4,90	0,50	0,15	26,15	1,55	1,00	1,(6),(7)	
			Gyümölcs tea 7-10év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00		
		E	Tejbendara fahéjas szórás tejQ	867,36	107,23	3,13	2,54	0,41	42,79	15,58	0,12	1	
			Orosházi tányéros leves TM*	9,93	0,00	0,07	0,01	3,61	0,50	0,48	1,70	1,3,9	
			Banán*	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
		U	Kenyér 0,75kg	548,52	131,23	5,00	0,40	0,15	26,75	1,60	1,11	1,(7)	
			Sárgarépa *	84,06	20,11	0,60	0,10	0,02	4,05	0,00	0,16		
			Sonkakrém diéta x	401,89	76,25	3,08	8,90	2,45	0,80	0,00	0,50	(1),(6),(7)	
			Összesen:	4 121,62	863,50	30,62	30,97	13,78	142,78	36,40	7,65		





2026. 10. 21. szerda	(00165) Tej és kakaómentes (T_E_U)	T	Gépsonka,orsi sonka *	261,91	62,66	9,04	2,84	0,97	0,16	0,00	0,45	(1),(6),(7)	
			Margarin Ewa	531,22	0,00	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	(7)	
			Magvas kenyér 0,5kg	688,53	164,72	0,72	0,29	0,07	2,74	0,17	0,10	1,5,11,(8)	
			Gyümölcs tea 7-10év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00		
		E	Őszi gyümölcsleves TM	681,86	130,29	1,93	0,16	0,07	38,74	28,46	0,01	1	
			Sült csirkecomb 7-10év	1 404,69	336,05	46,04	16,10	3,41	1,36	0,00	1,51	(1),(3),(6),(7),(10),(11)	
			Burgonyapüré 200 g TM.	697,47	166,86	3,51	3,92	1,10	28,02	1,12	1,79	(7)	
			ALMA BEFŐTT	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		U	Tojáskrém* (tejmentes)	1,99	0,00	0,01	0,00	0,71	0,10	0,00	0,95	3,10,(7),(12)	
			Magvas kenyér saját 0,5	54,01	11,21	0,55	0,53	0,01	1,47	0,00	0,05	1,11	
			Lilahagyma *	82,72	19,79	0,60	0,05	0,00	4,15	0,00	0,01		
			Összesen:	4 588,87	935,71	62,97	37,99	10,14	86,98	39,74	5,07		
2026. 10. 22. csütörtök	(00165) Tej és kakaómentes (T_E_U)	T	Csirkemell sonka	217,36	52,00	8,88	0,56	0,21	0,08	0,00	0,92	(1),(6),(7)	
			Margarin Ewa	531,22	0,00	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	(7)	
			Teljes kiőrlésű kenyér 0,75	494,65	118,34	4,63	0,61	0,04	23,44	0,00	0,49	1,(6),(7),(11)	
			Gyümölcs tea 7-10év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00		
		E	Csurgatott tojás leves*11-14év	653,94	155,28	4,22	11,83	1,73	8,09	0,00	1,23	1,3,(7),(10)	
			Rántott sertésszelet*7-10év	2 918,81	698,28	22,62	54,23	7,94	29,11	0,00	1,08	1,3	
			Tört burgonya * 7-10év	1 637,42	328,18	8,77	7,00	1,99	70,04	2,80	0,63	(7)	
		U	Sonka krém tejQ	5,96	0,00	0,04	0,00	1,58	0,30	0,00	0,06	(1),(6),(7)	
			Barna kenyér	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Retek darabos	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Összesen:	6 643,83	1 396,21	49,73	88,33	17,29	141,30	12,79	4,61		

Fodor Mihály
.....

Élelmezési
osztályvezető

Szabó Orsolya
.....

Vezető

Nagy Mónika
.....

Gazdaságvezető
dietetikus



