



Tételes étlap 2026.06.15. - 2026.06.21.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
6/15/2026 hétfő (00602) Gyermek 4-6 év tejmentes 3 étk.	R Rizsital (Rizstej)	390.00	93.30	0.56	1.94	0.24	18.34	8.20	0.06		
	Kukoricapehely (corn flakes)	692.40	165.65	1.84	3.92	1.76	30.36	0.00	0.00		
	Mazsola	240.27	57.48	0.48	0.00	0.00	13.00	13.00	0.00		
	E Húsleves főtt hússal LÉ.	1 787.61	427.66	22.76	29.25	10.30	17.72	1.41	0.52		
	Csirke ragu	429.90	102.85	14.93	4.33	0.57	0.92	0.00	0.49		
	Tökfőzelék	610.99	146.17	2.49	7.73	0.86	16.33	2.00	0.40		
	U Citromos tea ovi	122.43	29.29	0.08	0.02	0.00	7.12	6.99	0.00		
	Zöldpaprika	24.57	5.88	0.36	0.09	0.00	0.90	0.23	0.00		
	Húskrém házi	412.89	98.78	7.42	7.27	0.84	0.88	0.00	0.20		
	Zsemle vizes 50 gr*	644.51	154.19	5.50	0.50	0.10	31.00	1.84	0.50		
	Összesen:	5 355.57	1 281.25	56.42	55.05	14.67	136.57	33.67	2.17		





6/16/2026

kedd

(00602)

Gyermek 4-6 év tejmentes 3 étk.

R	Waja margarin	92.50	22.13	0.00	2.50	0.00	0.00	0.00	0.00		
	Uborka(kígyó)	14.74	3.53	0.30	0.03	0.00	0.51	0.13	0.00		
	Vadcseresznye tea	126.83	30.34	0.06	0.01	0.00	7.42	6.99	0.01		
	Zsemle teljes kiőrlésű	69.54	0.00	0.70	0.10	0.01	3.20	0.04	0.07		
	Tavaszi felvágott	306.78	73.39	4.14	5.85	2.20	0.95	0.32	0.60		
E	Őszibarackkal sült pulykamell	1 792.17	428.75	26.18	21.01	4.85	33.07	25.44	0.39		
	Burgonyapüré	1 072.37	256.55	6.25	3.00	0.06	50.00	0.00	0.42		
	Póréhagyma leves	465.10	111.27	1.26	5.92	0.67	13.05	0.41	0.10		
	Körte	177.21	42.40	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
U	Limonádé ovi	214.18	51.24	0.04	0.06	0.00	12.22	11.99	0.00		
	Magyaros magarinkrém	187.02	44.74	0.09	4.83	0.01	0.39	0.00	0.10		
	Paradicsom	27.47	6.57	0.30	0.06	0.01	1.20	0.30	0.00		
	Rozsos kenyér*	609.00	145.69	4.80	0.54	0.12	28.80	0.00	0.36		
Összesen:		5 154.91	1 216.60	44.44	44.15	7.93	160.41	45.62	2.05		





6/17/2026 szerda (00602)		Gyermek 4-6 év tejmentes 3 étk.									
R	Főtt virsli ovi	581.62	139.14	7.50	12.00	4.60	0.12	0.00	0.30		
	Ketchup	90.72	21.70	0.42	0.08	0.01	4.80	4.80	0.24		
	Bagett 65 g	674.69	160.64	5.79	8.00	0.00	18.20	0.00	0.10		
	Vadcsereznye tea	25.37	6.07	0.01	0.00	0.00	1.48	1.40	0.00		
E	Alma	87.25	20.87	0.24	0.24	0.00	4.20	0.00	0.01		
	Zöldbableves	555.58	132.91	3.29	6.96	0.82	14.11	2.05	0.70		
	Bolognai spagetti	2 520.49	602.99	27.78	14.37	3.52	88.80	15.24	0.52		
U	Jégcsap retek	18.27	4.37	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04		
	Graham kenyér	668.81	160.00	6.06	0.60	0.12	32.40	0.00	0.30		
	Citromos tea ovi	122.43	29.29	0.08	0.02	0.00	7.12	6.99	0.00		
	Párizsi	356.50	85.29	4.76	7.28	2.75	0.08	0.00	0.36		
	Waja margarin	92.50	22.13	0.00	2.50	0.00	0.00	0.00	0.00		
Összesen:		5 794.23	1 385.40	56.29	52.08	11.82	171.97	30.48	2.57		





6/18/2026
csütörtök

(00602)

Gyermek 4-6 év tejmentes 3 étk.

R	Rizsital (Rizstej)	390.00	93.30	0.56	1.94	0.24	18.34	8.20	0.06			
	Waja margarin	92.50	22.13	0.00	2.50	0.00	0.00	0.00	0.00			
	Félbarna kenyér	648.65	155.18	5.88	0.60	0.18	31.38	0.00	0.30			
	Méz	273.50	65.43	0.08	0.00	0.00	16.20	16.20	0.00			
	E	Sertésragu leves LM, Tojásment	1 266.32	302.95	12.92	21.12	5.87	14.79	0.68	0.52		
		Serpenyős burg.kolbásszal	1 564.42	374.26	12.14	20.88	6.31	33.20	0.16	0.44		
		Kovászos uborka	28.60	6.84	0.58	0.06	0.02	0.99	0.99	0.53		
	U	Waja margarin	92.50	22.13	0.00	2.50	0.00	0.00	0.00	0.00		
		Zöldpaprika	24.57	5.88	0.36	0.09	0.00	0.90	0.23	0.00		
		Vadcseresznye tea	25.37	6.07	0.01	0.00	0.00	1.48	1.40	0.00		
		Kedvenc Izek Olasz felv. am.*	392.00	93.78	4.80	8.00	3.00	0.84	0.00	0.88		
		Rozsos kenyér*	609.00	145.69	4.80	0.54	0.12	28.80	0.00	0.36		
	Összesen:		5 407.43	1 293.64	42.13	58.23	15.74	146.92	27.86	3.09		





6/19/2026 péntek (00602) Gyermek 4-6 év tejmentes 3 étk.	R	Uborka(kígyó)	14.74	3.53	0.30	0.03	0.00	0.51	0.13	0.00		
		Citromos tea ovi	122.43	29.29	0.08	0.02	0.00	7.12	6.99	0.00		
		Zsemle rozsos 50 gr*	625.00	149.52	5.00	0.55	0.10	29.50	1.84	0.50		
		Waja margarin	185.00	44.26	0.00	5.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
	E	Vegyes gyüm.lev. tejf.m. ovi	377.99	90.43	1.24	1.51	1.27	17.17	7.22	0.05		
		Tonhalas-zöldséges rizottó	2 921.58	698.94	37.69	12.40	1.33	108.30	7.88	0.39		
	U	Vadcseresznye tea	25.37	6.07	0.01	0.00	0.00	1.48	1.40	0.00		
		Csoki puding	338.72	81.03	0.20	0.69	0.08	18.43	14.86	0.02		
		Kifli (vízes)	536.95	128.46	5.67	2.60	1.49	20.45	0.13	0.03		
		Összesen:	5 147.78	1 231.53	50.19	22.80	4.27	202.96	40.45	0.99		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

