



Tételes étlap 2026.05.11. - 2026.05.17.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
5/11/2026 hétfő	Tej-,szója-,mandulamentes 4-6 (00153)	T Tormás szardíniakrém	564.21	134.98	7.49	11.27	3.23	0.72	0.47	0.50		
		Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
		Zsemle, vizes	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	1.84	0.35		
		Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00		
		E Burgonyás tészta	1 803.39	431.43	13.74	5.25	0.74	81.11	0.00	0.89		
		Sertésraguleves	444.95	106.45	9.75	5.23	1.38	4.85	0.00	0.26		
		Csemege uborka	28.77	6.88	0.30	0.05	0.00	1.30	0.00	0.25		
		U Kókusztejes kakaó	280.00	66.98	0.97	1.23	0.26	12.92	9.99	0.24		
		Zsemle, vizes	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	1.84	0.35		
	Összesen:	4 509.30	1 078.78	42.68	23.86	5.89	171.04	21.13	2.85			
	(00161) Tejmentes 4-6	T Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
Tormás szardíniakrém		422.36	101.04	6.80	7.83	2.28	0.70	0.47	0.42			
Zsemle, teljes kiőrlésű		526.81	126.03	5.34	0.77	0.07	24.28	0.00	0.56			
Zöldpaprika		16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00			
E Sertésraguleves		480.03	114.84	9.75	6.16	1.48	4.85	0.00	0.26			
Burgonyás tészta		1 673.47	400.35	12.24	7.91	1.04	69.11	0.00	0.88	 		





5/11/2026 hétfő (00161) Tejmentés 4-6	E	Csemege uborka	28.77	6.88	0.30	0.05	0.00	1.30	0.00	0.25		
	U	Kókusztejes kakaó	280.00	66.98	0.97	1.23	0.26	12.92	9.99	0.24		
		Zsemle, vizes	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	1.84	0.35		
		Összesen:	4 182.75	1 000.65	40.75	24.40	5.27	152.52	19.29	2.97		





5/12/2026

kedd

(00153)

Tej-,szója-,mandulamentes 4-6

T	Tejeskávé	350.70	83.90	0.67	0.80	0.01	18.41	14.99	0.24			
	Csirkemell sonka	92.23	22.07	4.94	0.20	0.05	0.10	0.00	0.05			
	Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13			
	Jégsaláta	22.60	5.41	0.40	0.02	0.00	0.59	0.00	0.01			
	Zsemle, vizes	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	1.84	0.35			
	E	Sertés pörkölt	581.74	139.17	13.37	7.76	2.05	3.78	0.00	0.14		
		Zöldséges rizsleves	253.63	60.68	1.39	1.06	0.13	11.31	0.01	0.28		
		Tökfőzelék	493.96	118.17	2.49	6.62	1.71	11.97	0.49	0.07		
		Zsemle, vizes	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	1.84	0.35		
	U	Meggyes kevert	973.06	232.79	3.40	12.09	1.75	27.23	12.49	0.22		
Kókusztej		86.02	20.58	0.60	0.80	0.00	2.72	0.00	0.24			
Összesen:		4 180.28	1 000.08	37.43	32.56	6.65	137.68	31.66	2.08			
T	Tejeskávé	350.70	83.90	0.67	0.80	0.01	18.41	14.99	0.24			
	Csirkemell sonka	92.23	22.07	4.94	0.20	0.05	0.10	0.00	0.05			
	Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13			
	Jégsaláta	22.60	5.41	0.40	0.02	0.00	0.59	0.00	0.01			
	Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	1.87	0.06			
	E	Daragaluska leves	366.44	87.66	3.27	2.79	0.46	12.16	0.00	0.10		





5/12/2026 kedd (00161) Tejmentes 4-6	E	Tökfőzelék	493.96	118.17	2.49	6.62	1.71	11.97	0.49	0.07	
		Sertés pörkölt	581.74	139.17	13.37	7.76	2.05	3.78	0.00	0.14	
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49	
	U	Meggyes kevert	860.81	205.93	4.98	6.06	1.57	32.47	15.29	0.22	
		Kókusztej	86.02	20.58	0.60	0.80	0.00	2.72	0.00	0.24	
		Összesen:	3 990.69	954.71	40.36	28.51	6.71	132.40	32.64	1.75	





5/13/2026 szerda	(00153) Tej-,szója-,mandulamentes 4-6	T	Kókusztejes tejbedara szórattal	881.39	210.86	4.92	1.85	0.58	43.38	10.99	0.24		
			Gyümölcstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
		E	Zöldségleves	112.52	26.92	1.23	0.20	0.04	4.99	0.39	0.10		
			Tökmagos rántott sertéskaraj	943.08	225.62	19.94	9.62	2.76	14.56	0.42	0.42		
			Spenótos burgonyapüré	781.06	186.86	4.77	4.24	1.62	31.62	0.39	0.07		
			Gyöngyhagyma savanyúság	165.44	39.58	1.20	0.10	0.00	8.30	0.00	0.02		
		U	Zala felvágott	204.88	49.01	3.12	3.98	1.46	0.12	0.00	0.06		
			Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
			Zsemle, vizes	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	1.84	0.35		
			Sárgarépa	33.63	8.04	0.24	0.04	0.01	1.62	0.00	0.06		
		Összesen:	3 969.93	949.75	40.54	22.87	7.28	143.36	21.02	1.46			
	(00161) Tejmentes 4-6	T	Gyümölcstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
			Kókusztejes tejbedara szórattal	881.39	210.86	4.92	1.85	0.58	43.38	10.99	0.24		
		E	Zöldségleves	112.52	26.92	1.23	0.20	0.04	4.99	0.39	0.10		
			Tökmagos rántott sertéskaraj	978.99	234.21	20.64	10.24	2.92	14.59	0.42	0.44		
			Spenótos burgonyapüré	781.06	186.86	4.77	4.24	1.62	31.62	0.39	0.07		
			Gyöngyhagyma savanyúság	165.44	39.58	1.20	0.10	0.00	8.30	0.00	0.02		





<b>5/13/2026</b> <b>szerda</b> (00161) Tejmentes 4-6	<b>U</b>	Zala felvágott	204.88	49.01	3.12	3.98	1.46	0.12	0.00	0.06	
		Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13	
		Sárgarépa	33.63	8.04	0.24	0.04	0.01	1.62	0.00	0.06	
		Bürli TK	526.81	126.03	5.34	0.77	0.07	24.28	0.00	0.56	
		Összesen:	3 915.98	936.84	41.50	23.88	7.37	136.89	19.18	1.69	





5/14/2026 csütörtök	(00153) Tej-,szója-,mandulamentes 4-6	T	Kókusztejes kakaó	280.00	66.98	0.97	1.23	0.26	12.92	9.99	0.24			
			Virslí	484.68	115.95	6.25	10.00	3.83	0.10	0.00	0.00	0.25		
			Ketchup	136.08	32.56	0.63	0.12	0.00	7.20	7.20	0.65			
			Zsemle, vizes	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	1.84	0.35			
		E	Bakonyi betyárleves	688.63	164.74	12.17	8.19	3.34	10.32	0.47	0.57			
			Szilvás gombóc	1 547.20	370.14	9.32	4.40	0.64	71.93	9.47	0.81			
			Narancs	86.55	20.71	0.30	0.10	0.00	4.25	0.00	0.00			
		U	Párizsi	121.00	28.95	1.43	2.19	0.83	0.85	0.00	0.15			
			Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13			
			Jégsaláta	22.60	5.41	0.40	0.02	0.00	0.59	0.00	0.01			
		Zsemle, vizes	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	1.84	0.35				
		Összesen:	4 693.08	1 122.75	41.64	29.46	9.85	169.73	30.81	3.51				
	(00161) Tejmentes 4-6	T	Kókusztejes kakaó	280.00	66.98	0.97	1.23	0.26	12.92	9.99	0.24			
			Virslí	484.68	115.95	6.25	10.00	3.83	0.10	0.00	0.25			
			Ketchup	136.08	32.56	0.63	0.12	0.00	7.20	7.20	0.65			
			Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	1.87	0.06			
		E	Bakonyi betyárleves	609.34	145.78	11.27	7.39	3.17	8.32	0.59	0.45			
			Szilvás gombóc	1 534.57	367.12	9.46	6.00	0.91	67.44	8.47	0.83			

















5/14/2026 csütörtök (00161) Tejmentes 4-6	E	Narancs	173.11	41.41	0.60	0.20	0.00	8.50	0.00	0.01			
	U	Párizsi	121.00	28.95	1.43	2.19	0.83	0.85	0.00	0.15			
		Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13			
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49			
		Jégsaláta	22.60	5.41	0.40	0.02	0.00	0.59	0.00	0.01			
		Összesen:	4 497.57	1 075.98	40.65	30.61	9.86	156.12	28.12	3.27			





5/15/2026 péntek											
(00153) Tej-,szója-,mandulamentes 4-6	T	Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01	
		Vöröslencse krém	304.26	72.79	5.11	0.56	0.07	12.32	0.00	0.53	 
		Zsemle, vizes	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	1.84	0.35	
		Póréhagyma	30.83	7.38	0.44	0.06	0.00	1.26	0.00	0.00	
	E	BrokkolikréMLEVES	277.32	66.35	3.32	3.37	1.95	5.60	0.78	0.34	
		Kapros csirkeragu	380.07	90.92	11.53	1.76	0.90	7.12	0.31	0.38	
		Párolt rizs	973.90	232.99	4.80	2.96	0.35	46.50	0.00	0.03	
	U	Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13	
		Minidzsem 30g-os, különféle	362.49	86.72	0.15	0.00	0.00	21.39	21.39	0.00	
		Zsemle, vizes	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	1.84	0.35	
	Összesen:	3 793.47	907.54	35.55	11.93	4.22	163.74	33.15	2.12		
(00161) Tejmentes 4-6	T	Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01	
		Zsemle, vizes	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	1.84	0.35	
		Vöröslencse krém	304.26	72.79	5.11	0.56	0.07	12.32	0.00	0.53	 
		Póréhagyma	30.83	7.38	0.44	0.06	0.00	1.26	0.00	0.00	
	E	BrokkolikréMLEVES	490.02	117.23	4.00	7.13	2.40	9.12	0.78	0.09	
		Kapros csirkeragu	518.22	123.98	12.06	4.85	2.11	7.86	0.35	0.52	
		Párolt rizs	973.90	232.99	4.80	2.96	0.35	46.50	0.00	0.03	





15/202	00161	U	Alpro puding	512.50	122.61	4.43	2.73	1.50	14.70	15.93	0.13		
			Összesen:	3 584.66	857.59	35.95	18.68	6.57	130.52	25.89	1.66		

Dietetikus: Szabó Adrienne  
Élelmezésvezető: Strohmajer Miklós  
Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!  
Jó étvágyat kívánunk!

