



Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
5/26/2026 kedd (00153) Tej-,szója-,mandulamentes 4-6	T	Kókusztejes tejeskávé	350.70	83.90	0.67	0.80	0.01	18.41	14.99	0.24		
		Sertéspárizsi	178.25	42.64	2.38	3.64	1.38	0.04	0.00	0.01		
		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		
		Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00		
	E	Rántott leves	452.05	108.15	2.30	5.81	0.72	11.58	0.01	0.20		
		Zöldborsós sertésragu	738.71	176.73	14.32	8.65	2.56	10.19	0.22	0.15		
		Párolt rizs	973.90	232.99	4.80	2.96	0.35	46.50	0.00	0.03		
		Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	20.57	0.06		
	U	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		
		Lencsekrém	295.07	70.59	5.32	0.51	0.04	11.09	0.00	0.53	 	
		Összesen:	4 792.77	1 146.61	41.90	25.76	6.01	184.77	39.47	2.06		
	(00161) Tejmentes 4-6	T	Kókusztejes tejeskávé	350.70	83.90	0.67	0.80	0.01	18.41	14.99	0.24	
		Sertéspárizsi	178.25	42.64	2.38	3.64	1.38	0.04	0.00	0.01		
		Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		





5/26/2026 kedd (00161) Tejmentes 4-6	T	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	Csurgatott tojás leves	330.61	79.09	3.26	3.46	0.63	8.63	0.00	0.05	
		Zöldborsós sertésragu	767.82	183.69	14.41	9.38	2.84	10.19	0.22	0.19	
		Párolt rizs	973.90	232.99	4.80	2.96	0.35	46.50	0.00	0.03	
	U	Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	20.57	0.06	
		Jégsláta	22.60	5.41	0.40	0.02	0.00	0.59	0.00	0.01	
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49	
		Lencsekrém	295.07	70.59	5.32	0.51	0.04	11.09	0.00	0.53	
		Összesen:	4 578.44	1 095.32	42.50	24.37	6.10	174.48	37.62	2.09	





5/27/2026
szerda

		(00153) Tej-,szója-,mandulamentes 4-6									
(00161) Tejmentes 4-6	T	Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01	
		Kókuszrizs	1 118.63	267.62	4.21	4.25	3.26	52.20	9.99	0.11	
	E	Csontleves	391.51	93.66	2.75	1.82	0.25	16.30	0.75	0.20	
		Paradicsomos káposzta	920.24	220.15	6.36	5.60	0.62	35.52	7.99	0.78	
		Sertéssült	567.64	135.80	16.80	7.41	2.42	0.32	0.00	0.27	
		Zsemle, vizes	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	1.84	0.35	
	U	Csirkemell sonka	92.23	22.06	4.94	0.20	0.04	0.10	0.00	0.05	
		Margarin	93.00	22.24	0.00	2.45	0.66	0.01	0.00	0.13	
		Kígyóuborka	9.82	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.00	
		Zsemle, vizes	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	1.84	0.35	
Összesen:		4 564.67	1 092.02	45.45	22.52	7.53	174.33	29.40	2.25		
	T	Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01	
		Kókuszrizs	1 118.63	267.62	4.21	4.25	3.26	52.20	9.99	0.11	
	E	Csontleves	414.04	99.05	4.40	2.09	0.31	15.69	0.00	0.27	
		Paradicsomos káposzta	920.24	220.15	6.36	5.60	0.62	35.52	7.99	0.78	
		Sertéssült	567.64	135.80	16.80	7.41	2.42	0.32	0.00	0.27	
		Teljes kiőrlésű kenyér	296.80	71.01	2.78	0.37	0.02	14.07	0.00	0.29	
	U	Csirkemell sonka	92.23	22.06	4.94	0.20	0.04	0.10	0.00	0.05	





5/27/2026 szerda (00161) Tejmentes 4-6	U	Fehér kenyér	548.52	131.22	5.00	0.40	0.15	26.75	1.87	0.05		
		Margarin	93.00	22.24	0.00	2.45	0.66	0.01	0.00	0.13		
		Kígyóborka	9.82	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.00		
		Összesen:	4 199.18	1 004.58	44.72	22.80	7.48	152.98	26.84	1.96		





5/28/2026 csütörtök	(00153) Tej-,szója-,mandulamentes 4-6	T	Gyümölcstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01			
			Csemege paprikás szalámi	206.56	49.42	1.96	4.58	1.61	0.03	0.00	0.40			
			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			
			Jégsaláta	22.60	5.41	0.40	0.02	0.00	0.59	0.00	0.01			
		E	Nyírségi gombóclevés	631.04	150.97	15.82	2.37	1.13	16.14	0.39	0.58			
			Burgonyás tészta	1 803.39	431.43	13.74	5.25	0.74	81.11	0.00	0.89			
			Csemege uborka	28.77	6.88	0.30	0.05	0.00	1.30	0.00	0.25			
		U	Kókusztej	86.02	20.58	0.60	0.80	0.00	2.72	0.00	0.24			
			Zsemle, vizes	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	1.84	0.35			
		Kenőmájas	263.84	63.12	3.18	5.54	2.53	0.06	0.00	0.55				
		Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00				
		Összesen:	4 523.20	1 082.12	46.44	21.89	6.96	172.10	11.06	3.76				
	(00161) Tejmentes 4-6	T	Gyümölcstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01			
		Csemege paprikás szalámi	206.56	49.42	1.96	4.58	1.61	0.03	0.00	0.40				
		Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13				
		Teljes kiörlésű 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				





5/28/2026 csütörtök (00161) Tejmentes 4-6	E	Nyírségi gombóclevés	663.02	158.62	15.32	4.99	1.82	12.75	0.59	0.58		
		Darásmetélt	1 381.42	330.48	10.60	6.85	0.99	56.22	0.00	0.37		
		Sárgabarackdzsem	219.53	52.52	0.08	0.00	0.00	12.90	12.90	0.01		
	U	Kókusztej	86.02	20.58	0.60	0.80	0.00	2.72	0.00	0.24		
		Kenőmájas	263.84	63.12	3.18	5.54	2.53	0.06	0.00	0.55		
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
		Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00		
	Összesen:		4 079.97	976.08	41.68	26.52	7.70	140.74	20.48	3.28		





5/29/2026 péntek	(00153) Tej-,szója-,mandulamentes 4-6	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		
			Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00		
			Zsemle, vizes	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	1.84	0.35		
		E	Sütőtök krémleves	441.68	105.66	1.98	2.97	1.09	17.63	3.39	0.02		
			Bácskai rizseshús	1 438.61	344.17	19.82	7.77	2.27	48.32	0.00	0.18		
			Káposzta saláta	170.36	40.76	1.03	0.16	0.02	8.58	5.00	0.07		
			Keksz	261.01	62.44	1.23	2.19	0.62	9.38	3.00	0.06		
		U	Pick tavaszi felvágott	178.25	42.64	2.38	3.64	1.38	0.04	0.00	0.46		
			Margarin	46.50	11.12	0.00	1.23	0.33	0.01	0.00	0.07		
			Jégcsap retek	11.80	2.82	0.22	0.02	0.01	0.53	0.00	0.01		
			Zsemle, vizes	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	1.84	0.35		
			Összesen:	4 500.40	1 076.65	44.58	30.08	9.23	155.35	22.53	2.08		
	(00161) Tejmentes 4-6	T	Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
			Tormás szardíniakrém	340.90	81.55	4.54	6.80	1.95	0.43	0.28	0.30		
			Teljes kiörlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
			Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00		
		E	Sütőtök krémleves	441.68	105.66	1.98	2.97	1.09	17.63	3.39	0.02		





5/29/2026 péntek (00161) Tejmentes 4-6	E	Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10		
		Bácskai rizseshús	1 438.61	344.17	19.82	7.77	2.27	48.32	0.00	0.18		
		Káposzta saláta	170.36	40.76	1.03	0.16	0.02	8.58	5.00	0.07		
		Keksz	239.08	57.20	1.03	1.83	0.52	9.10	3.75	0.08		
	U	Pick tavaszi felvágott	178.25	42.64	2.38	3.64	1.38	0.04	0.00	0.46		
		Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
		Jégcsap retek	11.80	2.82	0.22	0.02	0.01	0.53	0.00	0.01		
		Zsemle, vizes	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	1.84	0.35		
	Összesen:		4 409.70	1 054.95	41.83	30.51	8.55	151.72	21.25	2.20		

Dietetikus: Szabó Adrienne
Élelmezésvezető: Strohmajer Miklós

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

