



Tételes étlap 2026.09.07. - 2026.09.13.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/7/2026 hétfő (00153) Tej-,szója-,mandulamentes 4-6		T	Gyümölcstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
			Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
			Zala felvágott	204.88	49.01	3.12	3.98	1.46	0.12	0.00	0.06		
			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	Tarhonyás hús	1 780.71	426.01	22.24	16.31	3.18	47.09	0.01	0.51		
			Májgombóclevés	353.42	84.55	6.53	1.09	0.38	11.99	0.01	0.13		
			Csemege uborka	28.77	6.88	0.30	0.05	0.00	1.30	0.00	0.25		
			Mandarin	156.78	37.51	0.56	0.24	0.00	7.84	0.00	0.00		
		U	Zsemle, vizes	308.34	73.77	2.54	0.19	0.07	15.39	0.92	0.18		
			Kókuszrizs	1 118.63	267.62	4.21	4.25	3.26	52.20	9.99	0.11		
			Összesen:	4 815.84	1 152.13	44.86	29.01	9.16	175.30	19.76	1.73		





9/7/2026 hétfő	(00160) Tej-, tojás-, szójam. 4-6	T	Gyümölcstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
			Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
			Zala felvágott	204.88	49.01	3.12	3.98	1.46	0.12	0.00	0.06		
			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	Májgombóclevés	353.42	84.55	6.53	1.09	0.38	11.99	0.01	0.13		
			Tarhonyás hús	1 479.86	354.03	20.74	12.25	2.69	39.80	0.01	0.45		
			Csemege uborka	28.77	6.88	0.30	0.05	0.00	1.30	0.00	0.25		
		U	Kókuszrizs	1 118.63	267.62	4.21	4.25	3.26	52.20	9.99	0.11		
			Összesen:	4 049.87	968.87	40.26	24.52	8.60	144.78	18.84	1.49		
	(00161) Tejmentes 4-6	T	Gyümölcstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
			Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
			Zala felvágott	204.88	49.01	3.12	3.98	1.46	0.12	0.00	0.06		
			Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00		
		E	Májgombóclevés	309.83	74.12	6.52	1.08	0.38	9.42	0.01	0.13		
			Tarhonyás hús	1 458.47	348.92	20.52	12.24	2.69	38.80	0.01	0.44		
			Csemege uborka	28.77	6.88	0.30	0.05	0.00	1.30	0.00	0.25		





9/7/2026 hétfő	(00161) Tejmentes 4-6	E	Mandarin	156.78	37.51	0.56	0.24	0.00	7.84	0.00	0.00		
		U	Kókuszrizs	1 118.63	267.62	4.21	4.25	3.26	52.20	9.99	0.11		
			Zsemle, vizes	308.34	73.77	2.54	0.19	0.07	15.39	0.92	0.18		
			Összesen:	4 328.01	1 035.42	42.68	25.16	8.57	157.10	17.92	1.80		
	(00162) Laktózm. 4-6	T	Gyümölcstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
			Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
			Zala felvágott	204.88	49.01	3.12	3.98	1.46	0.12	0.00	0.06		
			Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00		
		E	Májgombóclevés	353.42	84.55	6.53	1.09	0.38	11.99	0.01	0.13		
			Tarhonyás hús	1 458.47	348.92	20.52	12.24	2.69	38.80	0.01	0.44		
			Csemege uborka	28.77	6.88	0.30	0.05	0.00	1.30	0.00	0.25		
			Mandarin	156.78	37.51	0.56	0.24	0.00	7.84	0.00	0.00		
		U	Kókuszrizs	1 118.63	267.62	4.21	4.25	3.26	52.20	9.99	0.11		
			Összesen:	4 063.26	972.08	40.15	24.98	8.50	144.28	17.00	1.62		





9/8/2026 kedd		(00153) Tej-,szója-,mandulamentes 4-6											
		T	Kenőmájas	395.77	94.68	4.77	8.31	3.80	0.09	0.00	0.83		
			Jégcsap retek	11.80	2.82	0.22	0.02	0.01	0.53	0.00	0.01		
			Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	1.87	0.06		
		E	Párolt sertésszelet	436.17	104.35	12.85	5.01	1.77	2.00	0.05	0.13		
			Főtt burgonya	470.34	112.52	3.00	0.24	0.03	24.00	0.00	0.01		
			Parajfőzelék	374.77	89.66	3.67	5.40	2.16	6.50	0.78	0.08		
			Gyümölcslé - Alma 100%	488.82	116.94	0.14	0.00	0.00	28.00	0.00	0.01		
			Keksz	239.08	57.20	1.03	1.83	0.52	9.10	3.75	0.08		
			Zsemle, vizes	308.34	73.77	2.54	0.19	0.07	15.39	0.92	0.18		
		U	Kókusztejes tejbedara szórattal	881.39	210.86	4.92	1.85	0.58	43.38	10.99	0.24		
			Összesen:	4 155.00	994.03	38.14	23.25	9.09	155.74	18.36	1.63		
(00160) Tej-, tojás-, szójam. 4-6													
T	Kenőmájas	395.77	94.68	4.77	8.31	3.80	0.09	0.00	0.83				
	Jégcsap retek	11.80	2.82	0.22	0.02	0.01	0.53	0.00	0.01				
	Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	1.87	0.06				
E	Gyümölcslé	488.82	116.94	0.14	0.00	0.00	28.00	0.00	0.01				
	Párolt sertésszelet	436.17	104.35	12.85	5.01	1.77	2.00	0.05	0.13				
	Főtt burgonya	470.34	112.52	3.00	0.24	0.03	24.00	0.00	0.01				
	Parajfőzelék	374.77	89.66	3.67	5.40	2.16	6.50	0.78	0.08				





9/8/2026 kedd	(00160) Tej-, tojás-,	E	Keksz	239.08	57.20	1.03	1.83	0.52	9.10	3.75	0.08		
			Zsemle, vizes	308.34	73.77	2.54	0.19	0.07	15.39	0.92	0.18		
		U	Kókusztejes tejbedara szórattal	881.39	210.86	4.92	1.85	0.58	43.38	10.99	0.24		
			Összesen:	4 155.00	994.03	38.14	23.25	9.09	155.74	18.36	1.63		
	(00161) Tejmentes 4-6	T	Kenőmájas	263.84	63.12	3.18	5.54	2.53	0.06	0.00	0.55		
			Jégcsap retek	11.80	2.82	0.22	0.02	0.01	0.53	0.00	0.01		
			Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	1.87	0.06		
		E	Gyümölcslé - Alma 100%	488.82	116.94	0.14	0.00	0.00	28.00	0.00	0.01		
			Főtt tojás	276.19	66.07	5.40	4.80	1.24	0.24	0.00	0.14		
			Főtt burgonya	627.11	150.03	4.00	0.32	0.04	32.00	0.00	0.02		
			Parajfőzelék	515.11	123.23	3.67	9.11	2.58	6.50	0.78	0.08		
			Teljes kiőrlésű kenyér	247.34	59.17	2.32	0.30	0.02	11.72	0.00	0.24		
			Keksz	239.08	57.20	1.03	1.83	0.52	9.10	3.75	0.08		
		U	Kókusztejes tejbedara szórattal	881.39	210.86	4.92	1.85	0.58	43.38	10.99	0.24		
			Összesen:	4 099.20	980.67	29.88	24.17	7.67	158.28	17.39	1.43		
	(00162) Laktózm. 4-6	T	Kenőmájas	263.84	63.12	3.18	5.54	2.53	0.06	0.00	0.55		
			Jégcsap retek	11.80	2.82	0.22	0.02	0.01	0.53	0.00	0.01		
			Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	1.87	0.06		





9/8/2026 kedd (00162) Laktózm. 4-6	E	Gyümölcslé	488.82	116.94	0.14	0.00	0.00	28.00	0.00	0.01		
		Főtt tojás	276.19	66.07	5.40	4.80	1.24	0.24	0.00	0.14		
		Főtt burgonya	470.34	112.52	3.00	0.24	0.03	24.00	0.00	0.01		
		Parajfőzelék	418.19	100.05	4.07	5.43	2.18	8.61	0.78	0.08		
		Teljes kiőrlésű kenyér	247.34	59.17	2.32	0.30	0.02	11.72	0.00	0.24		
		Laktózmentes túró rudi, Mizo	499.66	119.54	2.98	6.12	3.25	12.98	12.60	0.02		
	U	Kókusztejes tejbedara szórattal	881.39	210.86	4.92	1.85	0.58	43.38	10.99	0.24		
		Összesen:	4 106.09	982.32	31.23	24.70	9.99	156.27	26.24	1.36		





9/9/2026 szerda	(00153) Tej-,szója-,mandulamentes 4-6	T	Kókusztej	86.02	20.58	0.60	0.80	0.00	2.72	0.00	0.24		
			Margarin	139.50	33.37	0.01	3.68	1.00	0.02	0.00	0.20		
			Paradicsom	18.31	4.38	0.20	0.04	0.01	0.80	0.00	0.00		
			Zsemle, vizes	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	1.84	0.35		
		E	Tarhonyaleves	498.86	119.34	3.05	4.55	1.12	16.23	0.00	0.47		
			Sertéssült	567.64	135.80	16.80	7.41	2.42	0.32	0.00	0.27		
			Párolt káposzta 1/2 adag	328.54	78.60	1.51	3.91	0.45	9.01	3.50	0.23		
			Hagymás tört burgonya	726.26	173.75	3.99	3.10	0.35	31.66	0.00	0.03		
		U	Barackos kevert	932.56	223.10	2.83	11.42	1.37	26.97	12.53	0.22		
			Alma	72.71	17.39	0.20	0.20	0.00	3.50	0.00	0.01		
			Összesen:	3 987.07	953.84	34.27	35.49	6.86	122.01	17.87	2.02		
	(00160) Tej-, tojás-, szójam. 4-6	T	Kókusztej	86.02	20.58	0.60	0.80	0.00	2.72	0.00	0.24		
			Margarin	139.50	33.37	0.01	3.68	1.00	0.02	0.00	0.20		
			Paradicsom	18.31	4.38	0.20	0.04	0.01	0.80	0.00	0.00		
			Zsemle, vizes	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	1.84	0.35		
		E	Tarhonyaleves	518.62	124.07	1.95	5.30	1.19	16.64	0.34	0.43		
			Sertéssült	567.64	135.80	16.80	7.41	2.42	0.32	0.00	0.27		
			Párolt káposzta 1/2 adag	328.54	78.60	1.51	3.91	0.45	9.01	3.50	0.23		





9/9/2026 szerda	(00160) Tej-, tojás-, csirke-	E	Hagymás tört burgonya	726.26	173.75	3.99	3.10	0.35	31.66	0.00	0.03		
		U	Barackos kevert	932.56	223.10	2.83	11.42	1.37	26.97	12.53	0.22		
			Alma	72.71	17.39	0.20	0.20	0.00	3.50	0.00	0.01		
			Összesen:	4 006.83	958.57	33.17	36.24	6.93	122.42	18.21	1.98		
	(00161) Tejmentes 4-6	T	Kókusztej	86.02	20.58	0.60	0.80	0.00	2.72	0.00	0.24		
			Margarin	139.50	33.37	0.01	3.68	1.00	0.02	0.00	0.20		
			Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	1.87	0.06		
			Paradicsom	18.31	4.38	0.20	0.04	0.01	0.80	0.00	0.00		
		E	Daragaluska leves	366.44	87.66	3.27	2.79	0.46	12.16	0.00	0.10		
			Sertéssült	567.64	135.80	16.80	7.41	2.42	0.32	0.00	0.27		
			Párolt káposzta 1/2 adag	353.71	84.62	1.51	3.91	0.45	10.51	5.00	0.23		
			Hagymás tört burgonya	914.01	218.66	4.74	5.02	0.57	37.66	0.00	0.03		
		U	Barackos kevert	932.56	223.10	2.83	11.42	1.37	26.97	12.53	0.22		
			Alma	72.71	17.39	0.20	0.20	0.00	3.50	0.00	0.01		
			Összesen:	3 999.42	956.79	35.16	35.67	6.43	121.41	19.40	1.36		
	(00162) Laktózm. 4-6	T	Kókusztej	86.02	20.58	0.60	0.80	0.00	2.72	0.00	0.24		
			Margarin	139.50	33.37	0.01	3.68	1.00	0.02	0.00	0.20		
			Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	1.87	0.06		





9/9/2026	szerda (00162) Laktózm. 4-6	T	Paradicsom	18.31	4.38	0.20	0.04	0.01	0.80	0.00	0.00		
		E	Daragaluska leves	438.86	104.99	3.45	3.66	0.55	14.36	0.00	0.09		
			Sertéssült	567.64	135.80	16.80	7.41	2.42	0.32	0.00	0.27		
			Párolt káposzta 1/2 adag	328.54	78.60	1.51	3.91	0.45	9.01	3.50	0.23		
			Hagymás tört burgonya	726.26	173.75	3.99	3.10	0.35	31.66	0.00	0.03		
		U	Barackos kevert	932.56	223.10	2.83	11.42	1.37	26.97	12.53	0.22		
			Alma	72.71	17.39	0.20	0.20	0.00	3.50	0.00	0.01		
			Összesen:	3 858.92	923.19	34.59	34.62	6.30	116.11	17.90	1.35		





9/10/2026 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		
			Növényi sajt	225.82	54.02	0.00	4.20	3.80	4.20	0.00	0.46		
			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		
			Kígyóuborka	9.83	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.01		
		E	Babgulyás	689.68	165.00	13.72	5.24	1.58	15.35	0.00	0.33		
			Szilvalekváros gombóc	1 061.98	254.06	6.04	3.32	0.33	48.11	5.48	0.34		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	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		
			Zsemle, vizes	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	1.84	0.35		
			Kígyóuborka	9.83	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.01		
			Összesen:	3 821.15	914.16	32.20	21.06	8.16	145.75	16.15	2.28		
	(00160) Tej-, tojás-, szójam. 4-6	T	Gyümölcstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
			Növényi sajt	225.82	54.02	0.00	4.20	3.80	4.20	0.00	0.46		
			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		
			Kígyóuborka	9.83	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.01		





9/10/2026 csütörtök	(00160) Tej-, tojás-, szójam. 4-6	E	Babgulyás	838.68	200.64	15.91	5.80	1.65	20.76	0.00	0.33		
			Szilvás gombóc	1 547.20	370.14	9.32	4.40	0.64	71.93	9.47	0.81		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	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		
			Zsemle, vizes	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	1.84	0.35		
			Kígyóuborka	9.83	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.01		
		Összesen:		4 455.37	1 065.88	37.67	22.70	8.54	174.98	20.14	2.75		
	(00161) Tejmentes 4-6	T	Gyümölcstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
			Növényi sajt	225.82	54.02	0.00	4.20	3.80	4.20	0.00	0.46		
			Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
			Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	1.87	0.06		
			Kígyóuborka	9.83	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.01		
		E	Babgulyás	689.68	165.00	13.72	5.24	1.58	15.35	0.00	0.33		
			Szilvalekváros gombóc	1 061.98	254.06	6.04	3.32	0.33	48.11	5.48	0.34		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	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		





9/10/2026 csütörtök	(00161) Tejmentes	U	Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
			Kígyóuborka	9.83	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.01		
			Összesen:	3 631.00	868.67	31.67	21.31	8.07	134.38	14.34	2.13		
	(00162) Laktózm. 4-6	T	Gyümölcstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
			Növényi sajt	225.82	54.02	0.00	4.20	3.80	4.20	0.00	0.46		
			Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
			Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	1.87	0.06		
			Kígyóuborka	9.83	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.01		
		E	Babgulyás	835.37	199.85	15.89	5.80	1.65	20.60	0.00	0.33		
			Szilvás gombóc	1 534.57	367.12	9.46	6.00	0.91	67.44	8.47	0.83		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	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		
			Kígyóuborka	9.83	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.01		
			Összesen:	4 249.28	1 016.58	37.26	24.55	8.72	158.96	17.33	2.62		





9/11/2026 péntek	(00153) Tej-,szója-,mandulamentes 4-6	T	Zsemle, vizes	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	1.84	0.35		
			Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
			Csemege szalámi	216.93	51.90	2.51	4.61	1.77	0.03	0.00	0.43		
		E	Szárnyasaprólék leves	573.98	137.32	14.69	3.61	0.62	11.26	0.20	1.03		
			Mákos guba	1 227.52	293.67	8.57	7.73	2.03	47.14	12.42	0.45		
			Vaníliásodó	309.07	73.94	0.36	0.48	0.00	16.98	10.19	0.17		
		U	Csirkemell sonka	92.23	22.07	4.94	0.20	0.05	0.10	0.00	0.05		
			Margarin	139.50	33.37	0.01	3.68	1.00	0.02	0.00	0.20		
			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		
			Összesen:	3 908.17	934.99	41.65	23.54	6.42	137.69	26.49	3.17		
	(00160) Tej-, tojás-, szójam. 4-6	T	Zsemle, vizes	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	1.84	0.35		
			Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
			Csemege szalámi	216.93	51.90	2.51	4.61	1.77	0.03	0.00	0.43		
		E	Szárnyasaprólék leves	573.98	137.32	14.69	3.61	0.62	11.26	0.20	1.03		
			Mákos guba	1 227.52	293.67	8.57	7.73	2.03	47.14	12.42	0.45		
			Vaníliásodó	309.07	73.94	0.36	0.48	0.00	16.98	10.19	0.17		
		U	Csirkemell sonka	92.23	22.07	4.94	0.20	0.05	0.10	0.00	0.05		





9/11/2026 péntek	(00160) Tej-, tojás-, csirke- és hal-	U	Margarin	139.50	33.37	0.01	3.68	1.00	0.02	0.00	0.20		
			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		
			Összesen:	3 908.17	934.99	41.65	23.54	6.42	137.69	26.49	3.17		
	(00161) Tejmentes 4-6	T	Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
			Csemege szálami	216.93	51.90	2.51	4.61	1.77	0.03	0.00	0.43		
			Zsemle, vizes	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	1.84	0.35		
		E	Szárnyasaprólék leves	581.64	139.15	15.24	3.70	0.64	11.06	0.03	1.05		
			Mákos guba	1 227.52	293.67	8.57	7.73	2.03	47.14	12.42	0.45		
			Vaníliásodó	309.07	73.94	0.36	0.48	0.00	16.98	10.19	0.17		
		U	Csirkemell sonka	92.23	22.07	4.94	0.20	0.05	0.10	0.00	0.05		
			Jégsaláta	22.60	5.41	0.40	0.02	0.00	0.59	0.00	0.01		
			Margarin	139.50	33.37	0.01	3.68	1.00	0.02	0.00	0.20		
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
			Összesen:	3 793.83	907.63	41.75	23.86	6.34	130.15	24.48	3.33		
	(00162) Laktózm. 4-6	T	Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
			Csemege szálami	216.93	51.90	2.51	4.61	1.77	0.03	0.00	0.43		
			Zsemle, vizes	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	1.84	0.35		





9/11/2026 péntek (00162) Laktózm. 4-6	E	Szárnyasaprólék leves	581.64	139.15	15.24	3.70	0.64	11.06	0.03	1.05				
		Mákos guba	1 227.52	293.67	8.57	7.73	2.03	47.14	12.42	0.45				
		Vaníliásodó	309.07	73.94	0.36	0.48	0.00	16.98	10.19	0.17				
	U	Csirkemell sonka	92.23	22.07	4.94	0.20	0.05	0.10	0.00	0.05				
		Jégsaláta	22.60	5.41	0.40	0.02	0.00	0.59	0.00	0.01				
		Margarin	139.50	33.37	0.01	3.68	1.00	0.02	0.00	0.20				
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49				
		Összesen:	3 793.83	907.63	41.75	23.86	6.34	130.15	24.48	3.33				

Dietetikus: Szabó Adrienne
Élelmezésvezető: Strohmajer Miklós

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

