

Tételes étlap 2026.02.23. - 2026.03.01.												
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidr át (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének
2/23/2026 hétfő	(00120)											
		T	Forralt tej	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	7
			Vajas méz	446,91	106,92	0,08	8,20	5,87	8,15	8,10	0,01	7
			Félbarna kenyér	646,20	153,86	6,00	0,48	0,00	30,60	0,00	0,90	1
		E	Magyaros burgonyaleves	613,93	146,81	3,07	4,90	0,55	20,82	0,03	1,00	1,9
			Tavaszi rizseshús	1 638,89	392,08	19,61	8,26	1,02	59,05	0,00	1,65	
			Csemege uborka	34,52	8,26	0,36	0,06	0,00	1,56	1,14	1,44	10
		U	Gépsonka	83,63	20,01	3,04	0,56	0,22	0,86	0,00	0,56	(1),(6),(7)
			Margarin	150,00	35,71	0,01	3,90	0,67	0,15	0,00	0,13	
			Korpás zsemle	501,60	120,00	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56	1
	Zöldpaprika	1,64	0,39	0,02	0,01	0,00	0,06	0,00	0,00			
		Összesen:	4 523,04	1 081,10	44,33	30,14	10,03	156,13	9,27	6,52		
2/24/2026 kedd	(00120)											
		T	Gyümölcs tea	154,83	37,04	0,01	0,00	0,00	9,15	8,99	0,00	
			Sajtkrém	168,60	40,34	1,57	3,06	1,64	1,63	0,00	0,24	7,(1)
			Teljes kiőrlésű kenyér	677,40	162,06	5,22	2,10	0,36	28,62	0,20	0,84	1
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
		E	Csontleves zöldséggel	799,03	191,16	7,68	0,77	0,11	38,77	0,02	1,01	1,3,9
			Vagdalt	1 408,33	336,92	12,29	29,21	6,92	5,81	0,00	1,24	1,3
			Sárgaborsó főzelék	1 218,32	291,46	15,95	6,32	0,80	42,35	0,00	0,51	1
			Teljes kiőrlésű kenyér	338,70	81,03	2,61	1,05	0,18	14,31	0,10	0,42	1
		U	Sertés párizsi	240,68	57,58	2,70	4,58	1,84	0,12	0,00	0,42	(1),(6),(7)
			Margarin	150,00	35,71	0,01	3,90	0,67	0,15	0,00	0,13	
			Vizes zsemle	526,00	125,84	3,90	1,60	0,30	23,10	0,00	0,50	1
			Jégcsapretek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03	
		Összesen:	5 712,38	1 366,43	52,38	52,65	12,83	165,25	9,31	5,34		
2/25/2026 szerda	(00120)											
		T	Joghurt	694,32	166,11	5,59	5,79	3,13	22,45	22,45	0,49	7,(1)
			Molnárka	722,00	172,73	0,74	3,70	0,90	29,80	0,36	0,40	1,3,7
		E	Csurgatott tojásleves	514,15	123,00	2,31	10,00	1,28	5,80	0,00	0,13	1,3
			Borsos tokány	979,06	234,22	15,41	16,87	3,29	4,28	0,41	0,26	1
			Jázmin rizs	1 583,64	378,86	7,20	7,70	0,90	69,75	0,00	1,00	
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
		U	Szalámikrém	181,40	43,40	2,66	3,16	1,02	1,03	0,00	0,35	7,10,(1),(6),(12)
			Teljes kiőrlésű zsemle	1 086,80	260,00	4,27	0,62	0,06	19,42	0,00	0,44	1
			Kaliforniai paprika	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Összesen:	5 979,49	1 430,50	38,78	48,44	10,58	163,03	23,22	3,09		
2/26/2026 csütörtök	(00120)											
		T	Citromos tea	70,31	16,82	0,01	0,00	0,00	4,13	4,00	0,00	
			Tonhalkrém	202,75	48,51	3,16	3,80	1,21	0,05	0,00	0,19	7
			Magvas kenyér	826,58	197,75	8,64	3,43	0,00	32,85	0,00	1,19	1
		E	Gulyásleves	897,44	214,70	13,13	9,62	2,06	16,81	0,00	0,34	9,(1)
			Ezüstgaluska mákkal	1 801,64	431,01	14,88	13,68	2,78	61,34	5,99	0,59	1,3,7
			Meggyes vaníliásodó	469,50	112,32	3,71	1,72	0,85	20,11	11,05	0,54	1,7
		U	Zala felvágott	206,80	49,47	2,60	4,20	1,44	0,42	0,00	0,54	(1),(6),(7)
			Margarin	150,00	35,71	0,01	3,90	0,67	0,15	0,00	0,13	
			Korpás zsemle	501,60	120,00	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56	1
	Jégsaláta	11,30	0,00	0,20	0,01	0,00	0,30	0,00	0,01			
		Összesen:	5 137,92	1 226,29	51,68	41,13	9,08	160,44	21,04	4,09		
2/27/2026 péntek	(00120)											
		T	Gyümölcs tea	154,83	37,04	0,01	0,00	0,00	9,15	8,99	0,00	
			Padlizsánkrém	289,73	69,31	0,48	4,77	0,60	1,23	0,00	0,60	3,10,(1),(7)
			Teljes kiőrlésű kenyér	677,40	162,06	5,22	2,10	0,36	28,62	0,20	0,84	1
		E	Zöldbabeleves	499,31	119,45	4,13	4,21	1,43	16,71	0,03	0,55	1,3,7
			Dijoni sertésszelet	1 065,02	254,79	18,28	15,31	4,61	10,52	0,00	0,97	1,7,10,(12)
			Petrezselymes burgonya	981,95	234,92	5,64	3,45	0,70	40,75	0,00	1,03	(7)
			Mandarin	235,18	56,26	0,84	0,36	0,00	11,76	0,00	0,00	
		U	Almás croissant	1 240,55	296,78	5,94	10,60	2,94	43,66	12,50	0,58	1,7,(6),(11),(12)
				Összesen:	5 143,97	1 230,61	40,54	40,80	10,64	162,40	21,72	4,57