



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
5/25/2026 hétfő (00045) Cukormentes	T Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	Trappista sajt	621.77	148.75	11.08	10.84	7.14	0.64	0.64	0.97		
	E Vöröslencse leves diab	278.77	66.39	3.37	0.76	0.11	11.46	0.90	0.72		
	Reszelt trappista sajt	155.44	37.01	2.77	2.81	1.79	0.16	0.00	0.24		
	Milánói makaróni	578.38	137.80	11.89	7.38	1.21	7.14	4.82	0.57		
	Tészta köret diab	1 103.82	264.08	8.84	3.03	0.18	50.05	0.04	0.08		
	U Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29		
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Összesen:	4 460.19	1 065.43	48.60	37.70	17.34	129.12	6.60	4.67	





5/26/2026 kedd	(00045) Cukormentes	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
		E	Zöldséges reszelt tésztaleves	476.12	113.58	2.93	5.09	0.10	13.87	0.00	0.23		
		Bácskai rizseshús	833.10	199.13	13.85	13.26	1.95	2.45	0.00	0.09			
		Párolt rizs diab	1 033.78	251.87	5.40	1.70	0.04	52.31	0.08	0.16			
		U	Baromfipárizsi	222.81	53.05	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
		Összesen:	4 746.16	1 138.16	35.64	48.25	14.14	127.51	0.28	3.44			





5/27/2026 szerda (00045) Cukormentes	T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60	
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
	E	Májgaluska leves	523.28	124.66	7.75	2.70	0.69	17.27	0.00	0.14	
		Vagdalt	1 210.33	289.22	14.52	15.97	5.52	17.65	0.32	0.54	
		Cukkinifőzelék	597.11	142.38	6.97	3.20	0.16	23.52	0.05	0.08	
	U	Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00	
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
		Jégretek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04	
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
		Összesen:	4 748.14	1 133.45	45.81	50.31	18.92	117.13	0.57	3.20	





5/28/2026 csütörtök	(00045) Cukormentes	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65	
			Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
		E	Görög gyümölcsleves diab	334.26	79.59	1.64	5.68	2.69	11.60	3.17	0.08	
			Vasalt csirkemell	553.39	132.40	29.64	1.20	0.30	0.60	0.00	0.10	
			Mexikói zöldséges jázmin rizs	1 100.15	267.66	6.77	0.53	0.07	57.49	0.08	0.43	
		U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01	
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
			Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
			Összesen:	4 138.12	993.31	56.48	28.43	10.87	127.72	3.45	3.07	





5/29/2026 péntek	(00045) Cukormentes	T	Zöldpaprika	24.57	5.85	0.36	0.09	0.00	0.90	0.00	0.00	
			Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
		E	Fülstölt húsos lencseleves	864.41	206.40	13.66	21.11	1.22	22.98	0.00	0.10	
			Kakaópor	130.75	31.13	1.85	2.17	1.28	1.05	0.00	0.01	
			Tejbedara	847.57	201.80	8.93	5.90	2.96	29.89	0.04	0.59	
		U	Tavaszi felvágott	191.74	45.65	2.59	3.66	1.38	0.59	0.00	0.46	
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
			Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
			Összesen:	3 816.08	910.57	37.59	48.53	14.32	113.09	0.24	3.06	

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
5/25/2026 hétfő (00102) Diab GM 102 T:30g E:40-45g U:30g	T Trappista sajt	621.77	148.75	11.08	10.84	7.14	0.64	0.64	0.97			
	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
	Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.66	0.00	29.56	0.00	0.00			
	U Pulykamellsonka	184.80	44.00	6.80	1.12	0.37	1.68	0.00	0.85			
	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
	Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.66	0.00	29.56	0.00	0.00			
	Összesen:		2 416.23	577.23	19.44	27.28	11.31	61.52	0.64	2.02		





5/26/2026 kedd (00102) Diab GM 102 T:30g E:40-45g U:30g	T	Vitaminos margarinkrém	344.46	82.02	0.15	7.53	2.38	0.60	0.00	0.58			
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00			
	U	Sertés párizsi	222.81	53.30	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00			
			Összesen:	1 911.32	456.56	4.67	20.42	6.00	59.83	0.00	0.68		





5/27/2026 szerda (00102) Diab GM 102 T:30g E:40-45g U:30g	T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
	U	Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
		Összesen:	2 251.77	537.58	7.57	28.15	8.87	59.57	0.00	0.70		





5/28/2026 csütörtök (00102) Diab GM 102 T:30g E:40-45g U:30g	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65			
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00			
	U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00			
			Összesen:	2 002.94	478.40	9.79	20.76	4.13	59.57	0.00	0.76		





5/30/2026 szombat (00102) Diab GM 102 T:30g E:40-45g U:30g	T	Diákcsemege paprikás szeletelt kg	260.32	61.98	3.01	5.53	2.12	0.04	0.00	0.51		
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.66	0.00	29.56	0.00	0.00		
	U	Tömlős sajt	405.90	97.11	5.00	7.00	4.56	3.50	0.00	0.45		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.66	0.00	29.56	0.00	0.00		
		Összesen:	1 971.46	471.35	9.53	19.85	7.88	62.71	0.05	0.96		

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





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
5/25/2026 hétfő (00109) DIAB109 T:15 E:50 U:15	T Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
	Zsemle	306.46	73.32	2.54	0.40	0.92	14.40	0.05	0.43		
	Trappista sajt	621.77	148.75	11.08	10.84	7.14	0.64	0.64	0.97		
	E Vöröslencse leves diab	278.77	66.39	3.37	0.76	0.11	11.46	0.90	0.72	 	
	Reszelt trappista sajt	155.44	37.01	2.77	2.81	1.79	0.16	0.00	0.24		
	Milánói makaróni	542.22	129.18	11.14	6.91	1.13	6.69	4.51	0.53	 	
	Tészta köret diab	735.88	176.05	5.89	2.02	0.12	33.36	0.02	0.05		
	U Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29		
	Zsemle	306.46	73.32	2.54	0.40	0.92	14.40	0.05	0.43		
		Összesen:	3 443.19	822.16	39.82	35.42	15.36	83.18	6.17	3.76	





5/26/2026 kedd (00109) DIAB109 T:15 E:50 U:15	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16	
		Zsemle	306.46	73.32	2.54	0.40	0.92	14.40	0.05	0.43	
	E	Zöldséges reszelt tésztaleves	476.11	113.58	2.93	5.09	0.09	13.86	0.00	0.22	
		Bácskai rizseshús	833.09	199.12	13.84	13.25	1.95	2.44	0.00	0.08	
		Párolt rizs diab	689.18	167.91	3.60	1.13	0.02	34.87	0.05	0.10	
	U	Baromfipárizsi	222.81	53.05	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00	
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
		Zsemle	318.71	76.25	2.64	0.42	0.96	14.98	0.05	0.44	
		Összesen:	3 800.89	910.50	28.85	46.89	12.31	81.83	0.15	2.53	





5/27/2026 szerda (00109) DIAB109 T:15 E:50 U:15	T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60	
		Zsemle	306.46	73.32	2.54	0.40	0.92	14.40	0.05	0.43	
	E	Májgaluska leves	418.62	99.73	6.20	2.16	0.55	13.82	0.00	0.11	
		Vagdalt	1 210.33	289.22	14.52	15.97	5.52	17.65	0.32	0.54	
		Cukkinifőzelék	477.69	113.90	5.57	2.56	0.12	18.81	0.04	0.06	
	U	Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00	
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
		Jégretek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04	
		Zsemle	306.46	73.32	2.54	0.40	0.92	14.40	0.05	0.43	
	Összesen:		3 911.16	933.42	37.78	48.33	16.90	80.17	0.46	2.31	





5/28/2026 csütörtök (00109) DIAB109 T:15 E:50 U:15	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65	
		Zsemle	306.46	73.32	2.54	0.40	0.92	14.40	0.05	0.43	
	E	Görög gyümölcsleves diab	222.84	53.06	1.09	3.79	1.80	7.73	2.11	0.06	
		Vasalt csirkemell	553.39	132.40	29.64	1.20	0.30	0.60	0.00	0.10	
		Mexikói zöldséges jázmin rizs	825.11	200.74	5.07	0.39	0.05	43.11	0.06	0.32	
	U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01	
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
		Zsemle	306.46	73.32	2.54	0.40	0.92	14.40	0.05	0.43	
		Összesen:	3 138.76	753.24	49.15	25.60	8.12	80.67	2.27	2.10	





5/29/2026 péntek (00109) DIAB109 T:15 E:50 U:15	T	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zöldpaprika	24.57	5.85	0.36	0.09	0.00	0.90	0.00	0.00		
		Gluténmentes kenyér	269.61	64.50	0.38	0.33	0.00	14.78	0.00	0.00		
	E	Fülsztölt húsos lencseleves	864.40	206.40	13.65	21.10	1.22	22.98	0.00	0.09		
		Kakaópor	130.75	31.13	1.85	2.17	1.28	1.05	0.00	0.01		
		Tejbedara	791.06	188.34	8.33	5.50	2.75	27.89	0.03	0.54		
	U	Tavaszi felvágott	191.74	45.65	2.59	3.66	1.38	0.59	0.00	0.46		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Gluténmentes kenyér	269.61	64.50	0.38	0.33	0.00	14.78	0.00	0.00		
	Összesen:		3 072.96	732.85	27.58	47.18	10.43	83.05	0.03	1.30		

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/25/2026 hétfő (00113) Diab113 15-40-10 Hangya Barnabás	T Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
	Zsemle	306.46	73.32	2.54	0.40	0.92	14.40	0.05	0.43		
	Trappista sajt	621.77	148.75	11.08	10.84	7.14	0.64	0.64	0.97		
	E Vöröslencse leves diab	185.84	44.26	2.24	0.50	0.07	7.64	0.60	0.48	 	
	Reszelt trappista sajt	155.44	37.01	2.77	2.81	1.79	0.16	0.00	0.24		
	Milánói makaróni	361.48	86.12	7.43	4.61	0.75	4.46	3.01	0.35	 	
	Tészta köret diab	662.29	158.44	5.30	1.81	0.10	30.02	0.02	0.04		
	U Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29		
	Zsemle	183.87	43.99	1.52	0.24	0.55	8.64	0.03	0.26		
		Összesen:	2 973.34	710.03	33.37	32.49	14.55	68.03	4.35	3.16	





5/26/2026 kedd (00113) Diab113 15-40-10 Hangya Barnabás	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16	
		Zsemle	306.46	73.32	2.54	0.40	0.92	14.40	0.05	0.43	
	E	Zöldséges reszelt tésztaleves	317.41	75.72	1.95	3.39	0.06	9.24	0.00	0.15	
		Bácskai rizseshús	728.95	174.23	12.11	11.59	1.70	2.14	0.00	0.07	
		Párolt rizs diab	620.26	151.12	3.24	1.02	0.02	31.38	0.04	0.09	
	U	Baromfipárizsi	222.81	53.05	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00	
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
		Zsemle	232.91	55.72	1.93	0.30	0.70	10.94	0.04	0.32	
		Összesen:	3 383.33	810.43	25.07	43.30	11.77	69.38	0.13	2.32	





5/27/2026 szerda (00113) Diab113 15-40-10 Hangya Barnabás	T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60	
		Zsemle	306.46	73.32	2.54	0.40	0.92	14.40	0.05	0.43	
	E	Májgaluska leves	348.85	83.11	5.17	1.80	0.46	11.52	0.00	0.09	
		Vagdalt	1 210.33	289.22	14.52	15.97	5.52	17.65	0.32	0.54	
		Cukkinifőzelék	318.46	75.93	3.71	1.70	0.08	12.54	0.02	0.04	
	U	Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00	
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
		Jégretek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04	
		Zsemle	220.65	52.79	1.83	0.29	0.66	10.37	0.04	0.31	
	Összesen:		3 596.35	858.30	34.18	47.00	16.51	67.57	0.43	2.15	





5/28/2026 csütörtök (00113) Diab113 15-40-10 Hangya Barnabás	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65	
		Zsemle	306.46	73.32	2.54	0.40	0.92	14.40	0.05	0.43	
	E	Görög gyümölcsleves diab	222.84	53.06	1.09	3.79	1.80	7.73	2.11	0.06	
		Vasalt csirkemell	553.39	132.40	29.64	1.20	0.30	0.60	0.00	0.10	
		Mexikói zöldséges jázmin rizs	618.83	150.55	3.80	0.29	0.04	32.33	0.04	0.24	
	U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01	
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
		Zsemle	220.65	52.79	1.83	0.29	0.66	10.37	0.04	0.31	
		Összesen:	2 846.67	682.52	47.17	25.39	7.85	65.86	2.24	1.90	





5/29/2026 péntek (00113) Diab113 15-40-10 Hangya Barnabás	T	Zöldpaprika	24.57	5.85	0.36	0.09	0.00	0.90	0.00	0.00	
		Zsemle	306.46	73.32	2.54	0.40	0.92	14.40	0.05	0.43	
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
	E	Fülstölt húsos lencseleves	749.15	178.88	11.83	18.29	1.05	19.91	0.00	0.08	
		Kakaópor	130.75	31.13	1.85	2.17	1.28	1.05	0.00	0.01	
		Tejbedara	565.04	134.53	5.95	3.93	1.97	19.92	0.02	0.39	
	U	Tavaszi felvágott	191.74	45.65	2.59	3.66	1.38	0.59	0.00	0.46	
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
		Zsemle	214.52	51.32	1.78	0.28	0.64	10.08	0.04	0.30	
		Összesen:	2 713.45	647.16	26.94	42.82	11.04	66.93	0.11	1.87	

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
5/25/2026 hétfő (00143) Tej, tojásmentes diéta	T	Minidzsem	224.28	53.66	0.08	0.00	0.00	12.90	0.00	0.00			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	E	Paradicsom leves	485.40	115.91	1.76	4.01	0.02	18.33	11.99	0.03			
		Zöldfűszeres pulykatokány	320.73	76.40	11.77	2.87	0.75	0.86	0.00	0.20			
		Párolt rizsköret	1 248.68	297.41	6.40	2.63	0.05	62.00	0.00	0.09			
	U	Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29			
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
			Összesen:	4 001.10	954.78	30.66	22.39	7.73	153.76	12.19	2.41		





5/26/2026 kedd (00143) Tej, tojásmentes diéta	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Májgaluska leves	379.69	90.66	3.86	4.79	0.23	7.87	0.00	0.35		
		Vagdalt gm tm	622.04	148.42	13.42	6.15	0.79	9.69	0.00	0.64		
		Burgonyafőzelék	981.67	234.84	4.87	4.25	0.03	40.66	0.36	0.10		
	U	Baromfipárizsi	222.81	53.05	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Összesen:	4 386.56	1 047.50	35.61	43.39	13.10	117.10	0.56	4.05		





5/27/2026 szerda		Tej, tojásmentes diéta (00143)									
T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60		
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
E	Tárkonyos zöldség leves	313.49	74.90	1.48	1.69	0.02	13.23	0.00	0.19		
	Grillezett csirkemellcsíkok	503.04	120.34	23.71	2.56	0.24	0.48	0.00	0.08		
	Grillezett zöldségek	395.06	94.23	2.17	4.38	0.04	11.28	0.00	0.51		
	Párolt barnarizs	848.89	203.09	4.40	2.05	0.00	42.63	0.00	0.05		
U	Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00		
	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	Jégretek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04		
Összesen:		4 477.90	1 069.75	48.33	39.12	12.85	126.31	0.20	3.27		





5/28/2026 csütörtök (00143) Tej, tojásmentes diéta	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Sárgabarack krémleves	390.95	93.23	0.90	0.23	0.01	21.53	10.10	0.02		
		Natúr sertéskaraj TM GM	1 100.47	263.27	25.20	17.70	3.46	0.48	0.00	0.35		
		Zöldborsófőzelék	1 133.49	270.34	12.71	4.61	0.46	43.08	4.00	0.06		
	U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Összesen:	4 775.23	1 140.50	57.24	43.56	11.74	123.12	14.30	2.89		





5/29/2026 péntek (00143) Tej, tojásmentes diéta	T	Csirkemell sonka	135.87	32.35	5.55	0.35	0.13	1.75	0.00	0.58			
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.05	0.00		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	E	Magyaros karfiolleves	411.86	98.39	2.20	5.61	0.03	9.62	0.11	0.17			
		Bolognai ragu TM GM	520.21	124.12	11.18	4.35	0.66	10.14	5.60	0.16			
		Tészta köret diab	1 177.41	281.68	9.42	3.23	0.19	53.38	0.04	0.08			
	U	Tavaszi felvágott	191.74	45.65	2.59	3.66	1.38	0.59	0.00	0.46			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	Összesen:		4 155.32	992.95	41.12	31.80	9.17	133.17	6.00	3.25			

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
5/25/2026 hétfő (00151) Tej-,szójamentes diéta	T Minidzsem	224.28	53.66	0.08	0.00	0.00	12.90	0.00	0.00			
	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	E Paradicsom leves	485.40	115.91	1.76	4.01	0.02	18.33	11.99	0.03			
	Zöldfűszeres pulykatokány	320.73	76.40	11.77	2.87	0.75	0.86	0.00	0.20			
	Párolt rizsköret	1 248.68	297.41	6.40	2.63	0.05	62.00	0.00	0.09			
	U Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29			
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	Összesen:		4 001.10	954.78	30.66	22.39	7.73	153.76	12.19	2.41		





5/26/2026 kedd (00151) Tej-,szójamentes diéta	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Májgaluska leves	379.69	90.66	3.86	4.79	0.23	7.87	0.00	0.35		
		Vagdalt gm tm	622.04	148.42	13.42	6.15	0.79	9.69	0.00	0.64		
		Burgonyafőzelék	981.67	234.84	4.87	4.25	0.03	40.66	0.36	0.10		
	U	Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Sertés párizsi	222.81	53.30	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00		
		Összesen:	4 347.75	1 038.77	35.59	42.39	12.40	117.11	0.61	3.95		





5/27/2026 szerda		Tej-,szójamentes diéta (00151)									
T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60		
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
E	Tárkonyos zöldségleves	313.49	74.90	1.48	1.69	0.02	13.23	0.00	0.19		
	Grillezett csirkemellcsíkok	472.88	113.13	23.71	1.76	0.24	0.48	0.00	0.08		
	Grillezett zöldségek	395.06	94.23	2.17	4.38	0.04	11.28	0.00	0.51		
	Párolt barnarizs	848.89	203.09	4.40	2.05	0.00	42.63	0.00	0.05		
U	Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00		
	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	Jégretek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04		
Összesen:		4 447.74	1 062.54	48.33	38.32	12.85	126.31	0.20	3.27		





5/28/2026 csütörtök	Tej-,szójamentes diéta (00151)	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65			
			Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
		E	Sárgabarack krémleves	390.95	93.23	0.90	0.23	0.01	21.53	10.10	0.02			
			Natúr sertéskaraj TM GM	1 100.47	263.27	25.20	17.70	3.46	0.48	0.00	0.35			
			Zöldborsófőzelék	1 133.49	270.34	12.71	4.61	0.46	43.08	4.00	0.06			
		U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01			
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
			Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
			Összesen:	4 775.23	1 140.50	57.24	43.56	11.74	123.12	14.30	2.89			





5/29/2026 péntek (00151) Tej-,szójamentes diéta	T	Csirkemell sonka	135.87	32.35	5.55	0.35	0.13	1.75	0.00	0.58			
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.05	0.00		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	E	Magyaros karfiolleves	411.86	98.39	2.20	5.61	0.03	9.62	0.11	0.17			
		Bolognai ragu TM GM	520.21	124.12	11.18	4.35	0.66	10.14	5.60	0.16			
		Tészta köret diab	1 177.41	281.68	9.42	3.23	0.19	53.38	0.04	0.08			
	U	Tavaszi felvágott	191.74	45.65	2.59	3.66	1.38	0.59	0.00	0.46			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	Összesen:		4 155.32	992.95	41.12	31.80	9.17	133.17	6.00	3.25			





5/30/2026 szombat	Tej-,szójamentes diéta (00151)	T	Diákcsemege paprikás szeletelt kg	260.32	61.98	3.01	5.53	2.12	0.04	0.00	0.51		
			Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00		
			Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		E	Póréhagymaleves	209.96	50.17	1.13	0.66	0.00	9.84	1.80	0.11		
			Kókusz mártás	158.76	37.98	0.60	1.34	0.92	5.70	0.00	0.01		
			Sült halfilé	682.50	162.54	19.80	8.72	1.70	0.00	0.00	3.27		
			Bulgur	1 087.39	258.92	9.22	1.37	0.17	56.90	0.00	0.11		
		U	Miniméz 20g-os	273.50	65.12	0.02	0.00	0.00	16.20	16.20	0.00		
			Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00		
			Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
			Összesen:	4 351.85	1 038.49	43.94	31.22	10.99	146.38	18.30	5.71		

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
5/25/2026 hétfő (00152) Tojásmentes diéta	T Minidzsem	224.28	53.66	0.08	0.00	0.00	12.90	0.00	0.00			
	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	E Paradicsom leves	485.40	115.91	1.76	4.01	0.02	18.33	11.99	0.03			
	Zöldfűszeres pulykatokány	320.73	76.40	11.77	2.87	0.75	0.86	0.00	0.20			
	Párolt rizsköret	1 248.68	297.41	6.40	2.63	0.05	62.00	0.00	0.09			
	U Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29			
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	Összesen:		4 001.10	954.78	30.66	22.39	7.73	153.76	12.19	2.41		





5/26/2026 kedd (00152) Tojásmentes diéta	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Májgaluska leves	379.69	90.66	3.86	4.79	0.23	7.87	0.00	0.35		
		Vagdalt gm tm	622.04	148.42	13.42	6.15	0.79	9.69	0.00	0.64		
		Burgonyafőzelék	981.67	234.84	4.87	4.25	0.03	40.66	0.36	0.10		
	U	Baromfipárizsi	222.81	53.05	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Összesen:	4 386.56	1 047.50	35.61	43.39	13.10	117.10	0.56	4.05		





5/27/2026 szerda (00152) Tojásmentes diéta												
T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60			
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
E	Tárkonyos zöldség leves	313.49	74.90	1.48	1.69	0.02	13.23	0.00	0.19			
	Grillezett csirkemellcsíkok	503.04	120.34	23.71	2.56	0.24	0.48	0.00	0.08			
	Grillezett zöldségek	395.06	94.23	2.17	4.38	0.04	11.28	0.00	0.51			
	Párolt barnarizs	848.89	203.09	4.40	2.05	0.00	42.63	0.00	0.05			
U	Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00			
	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	Jégretek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04			
Összesen:		4 477.90	1 069.75	48.33	39.12	12.85	126.31	0.20	3.27			





5/28/2026 csütörtök	Tojásmentes diéta (00152)	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65			
			Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
		E	Sárgabarack krémleves	390.95	93.23	0.90	0.23	0.01	21.53	10.10	0.02			
			Natúr sertéskaraj TM GM	1 100.47	263.27	25.20	17.70	3.46	0.48	0.00	0.35			
			Zöldborsófőzelék	1 133.49	270.34	12.71	4.61	0.46	43.08	4.00	0.06			
		U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01			
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
			Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
			Összesen:	4 775.23	1 140.50	57.24	43.56	11.74	123.12	14.30	2.89			





5/29/2026 péntek (00152) Tojásmentes diéta	T	Csirkemell sonka	135.87	32.35	5.55	0.35	0.13	1.75	0.00	0.58			
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.05	0.00		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	E	Magyaros karfiolleves	411.86	98.39	2.20	5.61	0.03	9.62	0.11	0.17			
		Bolognai ragu TM GM	520.21	124.12	11.18	4.35	0.66	10.14	5.60	0.16			
		Tészta köret diab	1 177.41	281.68	9.42	3.23	0.19	53.38	0.04	0.08			
	U	Tavaszi felvágott	191.74	45.65	2.59	3.66	1.38	0.59	0.00	0.46			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	Összesen:		4 155.32	992.95	41.12	31.80	9.17	133.17	6.00	3.25			

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/25/2026 hétfő (00155) Gluténmentes diéta	T		Minidzsem	224.28	53.66	0.08	0.00	0.00	12.90	0.00	0.00		
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
			Gluténmentes kenyér	359.48	86.00	0.51	0.44	0.00	19.71	0.00	0.00		
	U		Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29		
			Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
				Összesen:	1 619.17	386.80	1.84	12.39	3.23	64.25	0.00	0.39	





5/26/2026 kedd	(00155) Gluténmentes diéta	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16		
			Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
		U	Sertés párizsi	222.81	53.30	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00		
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
			Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
			Összesen:	2 255.78	538.57	4.82	27.94	8.37	60.42	0.00	1.26		





5/27/2026 szerda (00155) Gluténmentes diéta	T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
	U	Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
		Jégretek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04		
		Összesen:	2 270.04	541.93	7.93	28.18	8.87	60.23	0.00	0.74		





5/28/2026 csütörtök	Gluténmentes diéta (00155)	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65		
			Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
		U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01		
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
			Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
			Összesen:	2 002.94	478.40	9.79	20.76	4.13	59.57	0.00	0.76		





5/29/2026 péntek (00155) Gluténmentes diéta	T	Csirkemell sonka	135.87	32.35	5.55	0.35	0.13	1.75	0.00	0.58		
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
	U	Tavaszi felvágott	191.74	45.65	2.59	3.66	1.38	0.59	0.00	0.46		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
	Összesen:		1 898.46	453.50	9.68	18.35	4.61	61.57	0.05	1.14		





5/30/2026 szombat (00155) Gluténmentes diéta	T	Diákcsemege paprikás szeletelt kg	260.32	61.98	3.01	5.53	2.12	0.04	0.00	0.51		
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00		
		Gluténmentes kenyér	359.48	86.00	0.51	0.44	0.00	19.71	0.00	0.00		
	U	Miniméz 20g-os	273.50	65.12	0.02	0.00	0.00	16.20	16.20	0.00		
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00		
		Gluténmentes kenyér	359.48	86.00	0.51	0.44	0.00	19.71	0.00	0.00		
		Összesen:	1 706.38	407.62	4.05	18.41	4.52	55.76	16.30	0.51		

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/25/2026 hétfő (00158) Tej-gluténmentes	T		Minidzsem	224.28	53.66	0.08	0.00	0.00	12.90	0.00	0.00		
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
			Gluténmentes kenyér	359.48	86.00	0.51	0.44	0.00	19.71	0.00	0.00		
	U		Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29		
			Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
				Összesen:	1 619.17	386.80	1.84	12.39	3.23	64.25	0.00	0.39	





5/26/2026 kedd	(00158) Tej-gluténmentes	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16		
			Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
		U	Sertés párizsi	222.81	53.30	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00		
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
			Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
			Összesen:	2 255.78	538.57	4.82	27.94	8.37	60.42	0.00	1.26		





5/27/2026 szerda (00158) Tej-gluténmentes	T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
	U	Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
		Jégretek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04		
		Összesen:	2 270.04	541.93	7.93	28.18	8.87	60.23	0.00	0.74		





5/28/2026 csütörtök	Tej-gluténmentes (00158)	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65		
			Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
		U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01		
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
			Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
			Összesen:	2 002.94	478.40	9.79	20.76	4.13	59.57	0.00	0.76		





5/29/2026 péntek (00158) Tej-gluténmentes	T	Csirkemell sonka	135.87	32.35	5.55	0.35	0.13	1.75	0.00	0.58		
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
	U	Tavaszi felvágott	191.74	45.65	2.59	3.66	1.38	0.59	0.00	0.46		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
	Összesen:		1 898.46	453.50	9.68	18.35	4.61	61.57	0.05	1.14		

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
5/25/2026 hétfő (00161) Tej-Toj-Omag-must-citr-banánm.	T Minidzsem	224.28	53.66	0.08	0.00	0.00	12.90	0.00	0.00			
	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	E Paradicsom leves	485.40	115.91	1.76	4.01	0.02	18.33	11.99	0.03			
	Zöldfűszeres pulykatokány	320.73	76.40	11.77	2.87	0.75	0.86	0.00	0.20			
	Párolt rizsköret	1 248.68	297.41	6.40	2.63	0.05	62.00	0.00	0.09			
	U Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29			
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	Összesen:		4 001.10	954.78	30.66	22.39	7.73	153.76	12.19	2.41		





5/26/2026 kedd (00161) Tej-Toj-Omag-must-citr-banánm.	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Májgaluska leves	379.69	90.66	3.86	4.79	0.23	7.87	0.00	0.35		
		Vagdalt gm tm	622.04	148.42	13.42	6.15	0.79	9.69	0.00	0.64		
		Burgonyafőzelék	981.67	234.84	4.87	4.25	0.03	40.66	0.36	0.10		
	U	Baromfipárizsi	222.81	53.05	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00		
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	Összesen:		4 347.75	1 038.52	35.59	42.39	12.40	117.11	0.61	3.95		





5/27/2026 szerda (00161) Tej-Toj-Omag-must-citr-banánm.	T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Tárkonyos zöldség leves	313.49	74.90	1.48	1.69	0.02	13.23	0.00	0.19		
		Grillezett csirkemellcsíkok	472.88	113.13	23.71	1.76	0.24	0.48	0.00	0.08		
		Grillezett zöldségek	395.06	94.23	2.17	4.38	0.04	11.28	0.00	0.51		
		Párolt barnarizs	848.89	203.09	4.40	2.05	0.00	42.63	0.00	0.05		
	U	Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Jégretek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04		
		Összesen:	4 447.74	1 062.54	48.33	38.32	12.85	126.31	0.20	3.27		





5/28/2026 csütörtök (00161) Tej-Toj-Omag-must-citr-banánm.	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65			
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	E	Sárgabarack krémleves	390.95	93.23	0.90	0.23	0.01	21.53	10.10	0.02			
		Natúr sertéskaraj TM GM	1 100.47	263.27	25.20	17.70	3.46	0.48	0.00	0.35			
		Zöldborsófőzelék	1 133.49	270.34	12.71	4.61	0.46	43.08	4.00	0.06			
	U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
		Összesen:	4 775.23	1 140.50	57.24	43.56	11.74	123.12	14.30	2.89			





5/29/2026 péntek (00161) Tej-Toj-Omag-must-citr-banánm.	T	Csirkemell sonka	135.87	32.35	5.55	0.35	0.13	1.75	0.00	0.58		
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Magyaros karfiolleves	411.86	98.39	2.20	5.61	0.03	9.62	0.11	0.17		
		Bolognai ragu TM GM	520.21	124.12	11.18	4.35	0.66	10.14	5.60	0.16		
		Tészta köret diab	1 177.41	281.68	9.42	3.23	0.19	53.38	0.04	0.08		
	U	Tavaszi felvágott	191.74	45.65	2.59	3.66	1.38	0.59	0.00	0.46		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Összesen:	4 155.32	992.95	41.12	31.80	9.17	133.17	6.00	3.25		

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/25/2026 hétfő (00163) Tej, tojás, szója, omag, citrm.	T Minidzsem	224.28	53.66	0.08	0.00	0.00	12.90	0.00	0.00		
	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E Paradicsom leves	485.40	115.91	1.76	4.01	0.02	18.33	11.99	0.03		
	Zöldfűszeres pulykatokány	320.73	76.40	11.77	2.87	0.75	0.86	0.00	0.20		
	Párolt rizsköret	1 248.68	297.41	6.40	2.63	0.05	62.00	0.00	0.09		
	U Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29		
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	Összesen:		4 001.10	954.78	30.66	22.39	7.73	153.76	12.19	2.41	





5/26/2026 kedd (00163) Tej, tojás, szója, omag, citrm.	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Májgaluska leves	379.69	90.66	3.86	4.79	0.23	7.87	0.00	0.35		
		Vagdalt gm tm	622.04	148.42	13.42	6.15	0.79	9.69	0.00	0.64		
		Burgonyafőzelék	981.67	234.84	4.87	4.25	0.03	40.66	0.36	0.10		
	U	Baromfipárizsi	222.81	53.05	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Összesen:	4 386.56	1 047.50	35.61	43.39	13.10	117.10	0.56	4.05		





5/27/2026 szerda (00163) Tej, tojás, szója, omag, citm.	T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Tárkonyos zöldségleves	313.49	74.90	1.48	1.69	0.02	13.23	0.00	0.19		
		Grillezett csirkemellcsíkok	503.04	120.34	23.71	2.56	0.24	0.48	0.00	0.08		
		Grillezett zöldségek	395.06	94.23	2.17	4.38	0.04	11.28	0.00	0.51		
		Párolt barnarizs	848.89	203.09	4.40	2.05	0.00	42.63	0.00	0.05		
	U	Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Összesen:	4 459.63	1 065.40	47.97	39.09	12.85	125.65	0.20	3.23		





5/28/2026 csütörtök (00163) Tej, tojás, szója, omag, citrm.	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Sárgabarack krémleves	390.95	93.23	0.90	0.23	0.01	21.53	10.10	0.02		
		Natúr sertéskaraj TM GM	1 100.47	263.27	25.20	17.70	3.46	0.48	0.00	0.35		
		Zöldborsófőzelék	1 133.49	270.34	12.71	4.61	0.46	43.08	4.00	0.06		
	U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Összesen:	4 775.23	1 140.50	57.24	43.56	11.74	123.12	14.30	2.89		





5/29/2026 péntek (00163) Tej, tojás, szója, omag, citm.	T	Csirkemell sonka	135.87	32.35	5.55	0.35	0.13	1.75	0.00	0.58			
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.05	0.00		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	E	Magyaros karfiolleves	411.86	98.39	2.20	5.61	0.03	9.62	0.11	0.17			
		Bolognai ragu TM GM	520.21	124.12	11.18	4.35	0.66	10.14	5.60	0.16			
		Tészta köret diab	1 177.41	281.68	9.42	3.23	0.19	53.38	0.04	0.08			
	U	Tavaszi felvágott	191.74	45.65	2.59	3.66	1.38	0.59	0.00	0.46			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	Összesen:		4 155.32	992.95	41.12	31.80	9.17	133.17	6.00	3.25			

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
5/25/2026 hétfő (00164) Sertéshúsmentes B MENÜ	T	Minidzsem	224.28	53.66	0.08	0.00	0.00	12.90	0.00	0.00			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	E	Paradicsom leves	485.40	115.91	1.76	4.01	0.02	18.33	11.99	0.03			
		Zöldfűszeres pulykatokány	320.73	76.40	11.77	2.87	0.75	0.86	0.00	0.20			
		Párolt rizsköret	1 248.68	297.41	6.40	2.63	0.05	62.00	0.00	0.09			
	U	Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29			
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
			Összesen:	4 001.10	954.78	30.66	22.39	7.73	153.76	12.19	2.41		





5/26/2026 kedd (00164) Sertéshúsmentes B MENÜ	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Májgaluska leves	506.25	120.88	5.14	6.38	0.31	10.49	0.00	0.47		
		Vagdalt gm tm	622.04	148.42	13.42	6.15	0.79	9.69	0.00	0.64		
		Burgonyafőzelék	1 308.89	313.12	6.49	5.67	0.04	54.21	0.48	0.13		
	U	Baromfipárizsi	222.81	53.05	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Összesen:	4 840.34	1 156.00	38.51	46.40	13.19	133.27	0.68	4.20		





5/27/2026

szerda

(00164)

Sertéshúsmentes B MENÜ

T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60	
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
E	Tárkonyos zöldség leves	313.49	74.90	1.48	1.69	0.02	13.23	0.00	0.19	
	Grillezett csirkemelcsíkok	503.04	120.34	23.71	2.56	0.24	0.48	0.00	0.08	
	Grillezett zöldségek	395.06	94.23	2.17	4.38	0.04	11.28	0.00	0.51	
	Párolt barnarizs	848.89	203.09	4.40	2.05	0.00	42.63	0.00	0.05	
U	Jégretek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04	
	Mozzarella sajt	413.01	98.34	6.80	7.56	4.02	0.78	0.00	0.33	
	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
Összesen:		4 541.05	1 084.79	51.70	38.98	14.00	127.01	0.20	3.60	





5/28/2026 csütörtök	(00164) Sertéshúsmentes B MENÜ	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65			
			Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
		E	Sárgabarack krémleves	390.95	93.23	0.90	0.23	0.01	21.53	10.10	0.02			
			Sült csirkecomb	915.81	219.09	27.21	11.77	1.71	0.84	0.00	0.10			
			Zöldborsófőzelék	1 133.49	270.34	12.71	4.61	0.46	43.08	4.00	0.06			
		U	Trappista sajt	621.77	148.75	11.08	10.84	7.14	0.64	0.64	0.97			
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
			Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
			Összesen:	4 962.70	1 185.35	67.39	43.36	17.13	124.08	14.94	3.60			





5/29/2026 péntek (00164) Sertéshúsmentes B MENÜ	T	Csirkemell sonka	135.87	32.35	5.55	0.35	0.13	1.75	0.00	0.58		
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Magyaros karfiolleves	411.86	98.39	2.20	5.61	0.03	9.62	0.11	0.17		
		Bolognai ragu TM GM	520.21	124.12	11.18	4.35	0.66	10.14	5.60	0.16		
		Tészta köret diab	1 177.41	281.68	9.42	3.23	0.19	53.38	0.04	0.08		
	U	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Harcsa pástétom 50 g-os	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
		Összesen:	3 697.97	884.06	38.51	21.14	5.89	132.54	6.00	2.69		

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
5/25/2026 hétfő (00165) Olajosmagmentes	T	Minidzsem	224.28	53.66	0.08	0.00	0.00	12.90	0.00	0.00			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	E	Paradicsom leves	485.40	115.91	1.76	4.01	0.02	18.33	11.99	0.03			
		Zöldfűszeres pulykatokány	320.73	76.40	11.77	2.87	0.75	0.86	0.00	0.20			
		Párolt rizsköret	1 248.68	297.41	6.40	2.63	0.05	62.00	0.00	0.09			
	U	Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29			
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
			Összesen:	4 001.10	954.78	30.66	22.39	7.73	153.76	12.19	2.41		





5/26/2026 kedd (00165) Olajosmagmentes	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Májgaluska leves	379.69	90.66	3.86	4.79	0.23	7.87	0.00	0.35		
		Vagdalt gm tm	622.04	148.42	13.42	6.15	0.79	9.69	0.00	0.64		
		Burgonyafőzelék	981.67	234.84	4.87	4.25	0.03	40.66	0.36	0.10		
	U	Baromfipárizsi	222.81	53.05	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Összesen:	4 386.56	1 047.50	35.61	43.39	13.10	117.10	0.56	4.05		





5/27/2026 szerda (00165) Olajosmagntes	T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Tárkonyos zöldség leves	313.49	74.90	1.48	1.69	0.02	13.23	0.00	0.19		
		Grillezett csirkemelcsíkok	503.04	120.34	23.71	2.56	0.24	0.48	0.00	0.08		
		Grillezett zöldségek	395.06	94.23	2.17	4.38	0.04	11.28	0.00	0.51		
		Párolt barnarizs	848.89	203.09	4.40	2.05	0.00	42.63	0.00	0.05		
	U	Jégrettek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04		
		Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Összesen:	4 477.90	1 069.75	48.33	39.12	12.85	126.31	0.20	3.27		





5/28/2026 csütörtök	Olajosmagmentes (00165)	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65			
			Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
		E	Sárgabarack krémleves	390.95	93.23	0.90	0.23	0.01	21.53	10.10	0.02			
			Natúr sertéskaraj TM GM	1 100.47	263.27	25.20	17.70	3.46	0.48	0.00	0.35			
			Zöldborsófőzelék	1 133.49	270.34	12.71	4.61	0.46	43.08	4.00	0.06			
		U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01			
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
			Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
			Összesen:	4 775.23	1 140.50	57.24	43.56	11.74	123.12	14.30	2.89			





5/29/2026 péntek (00165) Olajosmagntes	T	Csirkemell sonka	135.87	32.35	5.55	0.35	0.13	1.75	0.00	0.58			
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.05	0.00		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	E	Magyaros karfiolleves	411.86	98.39	2.20	5.61	0.03	9.62	0.11	0.17			
		Bolognai ragu TM GM	520.21	124.12	11.18	4.35	0.66	10.14	5.60	0.16			
		Tészta köret diab	1 177.41	281.68	9.42	3.23	0.19	53.38	0.04	0.08			
	U	Tavaszi felvágott	191.74	45.65	2.59	3.66	1.38	0.59	0.00	0.46			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	Összesen:		4 155.32	992.95	41.12	31.80	9.17	133.17	6.00	3.25			

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
5/25/2026 hétfő (00172) Tej-, szója-, omag-, citrusmentes	T	Minidzsem	224.28	53.66	0.08	0.00	0.00	12.90	0.00	0.00			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	E	Paradicsom leves	485.40	115.91	1.76	4.01	0.02	18.33	11.99	0.03			
		Zöldfűszeres pulykatokány	320.73	76.40	11.77	2.87	0.75	0.86	0.00	0.20			
		Párolt rizsköret	1 248.68	297.41	6.40	2.63	0.05	62.00	0.00	0.09			
	U	Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29			
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
			Összesen:	4 001.10	954.78	30.66	22.39	7.73	153.76	12.19	2.41		





5/26/2026 kedd (00172) Tej-, szója-, omag-, citrusmentes	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Májgaluska leves	379.69	90.66	3.86	4.79	0.23	7.87	0.00	0.35		
		Vagdalt gm tm	622.04	148.42	13.42	6.15	0.79	9.69	0.00	0.64		
		Burgonyafőzelék	981.67	234.84	4.87	4.25	0.03	40.66	0.36	0.10		
	U	Sertés párizsi	222.81	53.30	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	Összesen:		4 386.56	1 047.75	35.61	43.39	13.10	117.10	0.56	4.05		





5/27/2026 szerda (00172) Tej-, szója-, omag-, citrusmentes	T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60			
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	E	Tárkonyos zöldség leves	313.49	74.90	1.48	1.69	0.02	13.23	0.00	0.19			
		Grillezett csirkemelcsíkok	503.04	120.34	23.71	2.56	0.24	0.48	0.00	0.08			
		Grillezett zöldségek	395.06	94.23	2.17	4.38	0.04	11.28	0.00	0.51			
		Párolt barnarizs	848.89	203.09	4.40	2.05	0.00	42.63	0.00	0.05			
	U	Jégretek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04			
		Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	Összesen:		4 477.90	1 069.75	48.33	39.12	12.85	126.31	0.20	3.27			





5/28/2026 csütörtök											
(00172) Tej-, szója-, omag-, citrusmentes											
T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65		
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
E	Sárgabarack krémleves	390.95	93.23	0.90	0.23	0.01	21.53	10.10	0.02		
	Natúr sertéskaraj TM GM	1 100.47	263.27	25.20	17.70	3.46	0.48	0.00	0.35		
	Zöldborsófőzelék	1 133.49	270.34	12.71	4.61	0.46	43.08	4.00	0.06		
U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01		
	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
Összesen:		4 775.23	1 140.50	57.24	43.56	11.74	123.12	14.30	2.89		





5/29/2026 péntek (00172) Tej-, szója-, omag-, citrusmentes	T	Csirkemell sonka	135.87	32.35	5.55	0.35	0.13	1.75	0.00	0.58			
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.05	0.00		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	E	Magyaros karfiolleves	411.86	98.39	2.20	5.61	0.03	9.62	0.11	0.17			
		Bolognai ragu TM GM	520.21	124.12	11.18	4.35	0.66	10.14	5.60	0.16			
		Gluténmentes rizstészta	1 275.40	305.12	2.28	4.14	0.00	64.60	0.00	0.08			
	U	Tavaszi felvágott	191.74	45.65	2.59	3.66	1.38	0.59	0.00	0.46			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	Összesen:		4 253.31	1 016.39	33.98	32.71	8.98	144.39	5.96	3.25			

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/25/2026 hétfő (00178) Tej-glutén-cukormentes	T		Diákcsemege csemege	416.07	99.54	4.90	8.52	0.00	0.06	0.00	0.02		
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
			Gluténmentes kenyér	359.48	86.00	0.51	0.44	0.00	19.71	0.00	0.00		
	U		Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29		
			Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
				Összesen:	1 810.96	432.68	6.66	20.91	3.23	51.41	0.00	0.41	





5/26/2026 kedd	Tej-glutén-cukormentes (00178)	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16		
			Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
		U	Sertés párizsi	222.81	53.30	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00		
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
			Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
			Összesen:	2 255.78	538.57	4.82	27.94	8.37	60.42	0.00	1.26		





5/27/2026 szerda (00178) Tej-glutén-cukormentes	T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
	U	Jégretek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04		
		Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
		Összesen:	2 270.04	541.93	7.93	28.18	8.87	60.23	0.00	0.74		





5/28/2026 csüörtök (00178) Tej-glutén-cukormentes	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
	U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
		Összesen:	2 002.94	478.40	9.79	20.76	4.13	59.57	0.00	0.76		





5/29/2026 péntek (00178) Tej-glutén-cukormentes	T	Csirkemell sonka	135.87	32.35	5.55	0.35	0.13	1.75	0.00	0.58		
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
	U	Tavaszi felvágott	191.74	45.65	2.59	3.66	1.38	0.59	0.00	0.46		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
	Összesen:		1 898.46	453.50	9.68	18.35	4.61	61.57	0.05	1.14		

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/25/2026 hétfő (00192) Fruktózzzeg Tej-Glutén-Szójam. Jak	T	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Csirkemell sonka	108.70	25.88	4.44	0.28	0.11	1.40	0.00	0.46		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
	U	Pulykamellsonka	92.40	22.00	3.40	0.56	0.18	0.84	0.00	0.43		
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
			Összesen:	1 771.95	423.38	9.38	15.18	3.39	61.47	0.05	0.99	





5/26/2026 kedd (00192) Fruktózszeg Tej-Glutén-Szójam. Jak	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16			
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00			
	U	Sertés párizsi	222.81	53.30	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00			
			Összesen:	2 255.78	538.57	4.82	27.94	8.37	60.42	0.00	1.26		





5/27/2026 szerda (00192) Fruktózszeg Tej-Glutén-Szójam. Jak	T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60			
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00			
	U	Jégretek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04			
		Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00			
			Összesen:	2 270.04	541.93	7.93	28.18	8.87	60.23	0.00	0.74		





5/28/2026 csütörtök (00192) Fruktózszeg Tej-Glutén-Szójam. Jak	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65			
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00			
	U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00			
			Összesen:	2 002.94	478.40	9.79	20.76	4.13	59.57	0.00	0.76		





5/29/2026 péntek (00192) Fruktózszege Tej-Glutén-Szójam. Jak	T	Csirkemell sonka	135.87	32.35	5.55	0.35	0.13	1.75	0.00	0.58			
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00			
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00			
	U	Tavaszi felvágott	191.74	45.65	2.59	3.66	1.38	0.59	0.00	0.46			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00			
			Összesen:	1 898.46	453.50	9.68	18.35	4.61	61.57	0.05	1.14		





5/30/2026 szombat (00192) Fruktózszeg Tej-Glutén-Szójam. Jak	T	Diákcsemege paprikás szeletelt kg	260.32	61.98	3.01	5.53	2.12	0.04	0.00	0.51		
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.66	0.00	29.56	0.00	0.00		
	U	Csirkemell sonka	217.39	51.76	8.88	0.56	0.21	2.80	0.00	0.92		
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.66	0.00	29.56	0.00	0.00		
		Összesen:	2 009.75	480.26	13.41	19.41	4.73	62.06	0.10	1.43		

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/25/2026 hétfő (00394) Vegetáriánus	T Minidzsem	224.28	53.66	0.08	0.00	0.00	12.90	0.00	0.00		
	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E Paradicsom leves	647.20	154.55	2.34	5.35	0.02	24.44	15.99	0.04		
	Currys zöldségragu	557.42	132.97	4.08	8.43	1.71	9.96	0.50	1.11		
	Párolt rizsköret	1 560.85	371.76	8.00	3.29	0.06	77.50	0.00	0.11		
	U Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29		
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	Összesen:		4 711.76	1 124.34	25.15	29.95	8.70	184.47	16.69	3.35	





5/26/2026 kedd (00394) Vegetáriánus	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16	
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
	E	Szójás zöldséleves	568.33	135.45	10.23	5.55	0.12	11.02	0.00	0.24	
		Zöldségvagdalt	609.51	145.30	5.23	6.21	1.11	15.79	0.00	0.42	
		Burgonyafőzelék	1 308.89	313.12	6.49	5.67	0.04	54.21	0.48	0.13	
	U	Zöldpaprika	24.57	5.85	0.36	0.09	0.00	0.90	0.00	0.00	
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
		Összesen:	4 691.65	1 120.25	32.79	41.17	11.60	140.75	0.68	3.75	





5/27/2026 szerda (00394) Vegetáriánus	T	Tömlős sajt	811.80	194.21	10.00	14.00	9.12	7.00	0.00	0.90	
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
	E	Tárkonyos zöldségleves	417.99	99.86	1.97	2.25	0.02	17.64	0.00	0.25	
		Rántott camanbert nuggets	1 679.04	401.68	15.00	26.98	8.20	25.00	1.20	0.00	
		Grillezett zöldségek	493.83	117.79	2.71	5.48	0.05	14.10	0.00	0.64	
		Párolt barnarizs	848.89	203.09	4.40	2.05	0.00	42.63	0.00	0.05	
	U	Jégretek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04	
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
		Összesen:	5 761.25	1 377.48	44.62	59.39	22.97	164.67	1.40	3.68	





5/28/2026 csütörtök (00394) Vegetáriánus	T	Brokkolis zöldségpástétom	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
	E	Sárgabarack krémleves	521.27	124.30	1.20	0.30	0.01	28.70	13.47	0.02	
		Grillezett tofu	555.31	132.43	9.73	10.04	0.00	0.75	0.00	0.01	
		Zöldborsófőzelék	1 416.86	337.92	15.89	5.76	0.57	53.85	5.00	0.07	
	U	Trappista sajt	621.77	148.75	11.08	10.84	7.14	0.64	0.64	0.97	
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
		Összesen:	4 606.64	1 099.90	48.08	35.54	13.30	141.58	19.31	2.87	





5/29/2026 péntek (00394) Vegetáriánus	T	Jégretek	36.54	8.70	0.72	0.06	0.00	1.32	0.00	0.09		
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Magyaros karfiolleves	549.14	131.19	2.93	7.48	0.04	12.82	0.14	0.22		
		Lencse bolognai ragu	1 160.27	277.46	8.53	15.87	0.02	24.64	8.40	0.16		
		Tészta köret diab	1 471.76	352.10	11.78	4.04	0.24	66.73	0.05	0.10		
	U	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Uborka	15.12	3.62	0.30	0.03	0.00	0.51	0.00	0.01		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Összesen:	4 951.06	1 183.83	34.44	42.08	7.08	163.71	8.84	2.38		





5/30/2026 szombat (00394) Vegetáriánus	T	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Tömlős sajt	811.80	194.21	10.00	14.00	9.12	7.00	0.00	0.90		
	E	Póréhagymaleves	279.95	66.89	1.50	0.88	0.00	13.12	2.40	0.14		
		Grillezett cékla	298.93	71.22	2.60	1.20	0.00	11.80	0.00	1.47		
		Párolt karottás köles	1 758.06	419.02	9.20	13.58	0.90	64.83	0.00	0.19		
	U	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Miniméz 20g-os	273.50	65.12	0.02	0.00	0.00	16.20	16.20	0.00		
		Összesen:	4 913.67	1 172.96	33.50	38.26	15.60	170.59	18.80	4.50		





5/31/2026 vasárnap (00394) Vegetáriánus	E	Káposzta leves	572.22	136.66	7.00	4.56	0.10	18.52	0.00	0.23		
		Rántott hagymakarika veget	263.93	63.14	0.00	6.99	0.00	0.00	0.00	0.00		
		Burgonyapüré	1 247.91	298.24	6.27	6.50	1.95	46.04	0.00	0.13		
		Összesen:	2 084.06	498.04	13.27	18.05	2.05	64.56	0.00	0.36		

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





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
5/25/2026 hétfő (00045) Cukormentes	T Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	Trappista sajt	621.77	148.75	11.08	10.84	7.14	0.64	0.64	0.97		
	E Vöröslencse leves diab	278.77	66.39	3.37	0.76	0.11	11.46	0.90	0.72		
	Reszelt trappista sajt	155.44	37.01	2.77	2.81	1.79	0.16	0.00	0.24		
	Milánói makaróni	578.38	137.80	11.89	7.38	1.21	7.14	4.82	0.57		
	Tészta köret diab	1 103.82	264.08	8.84	3.03	0.18	50.05	0.04	0.08		
	U Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29		
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Összesen:	4 460.19	1 065.43	48.60	37.70	17.34	129.12	6.60	4.67	





5/26/2026 kedd (00045) Cukormentes	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16	
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
	E	Zöldséges reszelt tésztaleves	476.12	113.58	2.93	5.09	0.10	13.87	0.00	0.23	
		Bácskai rizseshús	833.10	199.13	13.85	13.26	1.95	2.45	0.00	0.09	
		Párolt rizs diab	1 033.78	251.87	5.40	1.70	0.04	52.31	0.08	0.16	
	U	Baromfipárizsi	222.81	53.05	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00	
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
		Összesen:	4 746.16	1 138.16	35.64	48.25	14.14	127.51	0.28	3.44	





5/27/2026 szerda (00045) Cukormentes	T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60	
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
	E	Májgaluska leves	523.28	124.66	7.75	2.70	0.69	17.27	0.00	0.14	
		Vagdalt	1 210.33	289.22	14.52	15.97	5.52	17.65	0.32	0.54	
		Cukkinifőzelék	597.11	142.38	6.97	3.20	0.16	23.52	0.05	0.08	
	U	Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00	
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
		Jégretek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04	
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
		Összesen:	4 748.14	1 133.45	45.81	50.31	18.92	117.13	0.57	3.20	





5/28/2026 csütörtök	(00045) Cukormentes	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65				
			Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85				
		E	Görög gyümölcsleves diab	334.26	79.59	1.64	5.68	2.69	11.60	3.17	0.08				
			Vasalt csirkemell	553.39	132.40	29.64	1.20	0.30	0.60	0.00	0.10				
			Mexikói zöldséges jázmin rizs	1 100.15	267.66	6.77	0.53	0.07	57.49	0.08	0.43				
		U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01				
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10				
			Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85				
			Összesen:	4 138.12	993.31	56.48	28.43	10.87	127.72	3.45	3.07				





5/29/2026 péntek	(00045) Cukormentes	T	Zöldpaprika	24.57	5.85	0.36	0.09	0.00	0.90	0.00	0.00	
			Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
		E	Fülstölt húsos lencseleves	864.41	206.40	13.66	21.11	1.22	22.98	0.00	0.10	
			Kakaópor	130.75	31.13	1.85	2.17	1.28	1.05	0.00	0.01	
			Tejbedara	847.57	201.80	8.93	5.90	2.96	29.89	0.04	0.59	
		U	Tavaszi felvágott	191.74	45.65	2.59	3.66	1.38	0.59	0.00	0.46	
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
			Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
			Összesen:	3 816.08	910.57	37.59	48.53	14.32	113.09	0.24	3.06	

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
5/25/2026 hétfő (00102) Diab GM 102 T:30g E:40-45g U:30g	T Trappista sajt	621.77	148.75	11.08	10.84	7.14	0.64	0.64	0.97			
	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
	Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.66	0.00	29.56	0.00	0.00			
	U Pulykamellsonka	184.80	44.00	6.80	1.12	0.37	1.68	0.00	0.85			
	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
	Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.66	0.00	29.56	0.00	0.00			
	Összesen:		2 416.23	577.23	19.44	27.28	11.31	61.52	0.64	2.02		





5/26/2026 kedd (00102) Diab GM 102 T:30g E:40-45g U:30g	T	Vitaminos margarinkrém	344.46	82.02	0.15	7.53	2.38	0.60	0.00	0.58		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
	U	Sertés párizsi	222.81	53.30	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
		Összesen:	1 911.32	456.56	4.67	20.42	6.00	59.83	0.00	0.68		





5/27/2026 szerda (00102) Diab GM 102 T:30g E:40-45g U:30g	T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
	U	Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
		Összesen:	2 251.77	537.58	7.57	28.15	8.87	59.57	0.00	0.70		





5/28/2026 csütörtök (00102) Diab GM 102 T:30g E:40-45g U:30g	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65			
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00			
	U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00			
			Összesen:	2 002.94	478.40	9.79	20.76	4.13	59.57	0.00	0.76		





5/30/2026 szombat (00102) Diab GM 102 T:30g E:40-45g U:30g	T	Diákcsemege paprikás szeletelt kg	260.32	61.98	3.01	5.53	2.12	0.04	0.00	0.51		
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.66	0.00	29.56	0.00	0.00		
	U	Tömlős sajt	405.90	97.11	5.00	7.00	4.56	3.50	0.00	0.45		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.66	0.00	29.56	0.00	0.00		
		Összesen:	1 971.46	471.35	9.53	19.85	7.88	62.71	0.05	0.96		

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





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
5/25/2026 hétfő (00109) DIAB109 T:15 E:50 U:15	T Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
	Zsemle	306.46	73.32	2.54	0.40	0.92	14.40	0.05	0.43		
	Trappista sajt	621.77	148.75	11.08	10.84	7.14	0.64	0.64	0.97		
	E Vöröslencse leves diab	278.77	66.39	3.37	0.76	0.11	11.46	0.90	0.72		
	Reszelt trappista sajt	155.44	37.01	2.77	2.81	1.79	0.16	0.00	0.24		
	Milánói makaróni	542.22	129.18	11.14	6.91	1.13	6.69	4.51	0.53		
	Tészta köret diab	735.88	176.05	5.89	2.02	0.12	33.36	0.02	0.05		
	U Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29		
	Zsemle	306.46	73.32	2.54	0.40	0.92	14.40	0.05	0.43		
		Összesen:	3 443.19	822.16	39.82	35.42	15.36	83.18	6.17	3.76	





5/26/2026 kedd (00109) DIAB109 T:15 E:50 U:15	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16	
		Zsemle	306.46	73.32	2.54	0.40	0.92	14.40	0.05	0.43	
	E	Zöldséges reszelt tésztaleves	476.11	113.58	2.93	5.09	0.09	13.86	0.00	0.22	
		Bácskai rizseshús	833.09	199.12	13.84	13.25	1.95	2.44	0.00	0.08	
		Párolt rizs diab	689.18	167.91	3.60	1.13	0.02	34.87	0.05	0.10	
	U	Baromfipárizsi	222.81	53.05	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00	
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
		Zsemle	318.71	76.25	2.64	0.42	0.96	14.98	0.05	0.44	
		Összesen:	3 800.89	910.50	28.85	46.89	12.31	81.83	0.15	2.53	





5/27/2026 szerda (00109) DIAB109 T:15 E:50 U:15	T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60	
		Zsemle	306.46	73.32	2.54	0.40	0.92	14.40	0.05	0.43	
	E	Májgaluska leves	418.62	99.73	6.20	2.16	0.55	13.82	0.00	0.11	
		Vagdalt	1 210.33	289.22	14.52	15.97	5.52	17.65	0.32	0.54	
		Cukkinifőzelék	477.69	113.90	5.57	2.56	0.12	18.81	0.04	0.06	
	U	Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00	
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
		Jégretek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04	
		Zsemle	306.46	73.32	2.54	0.40	0.92	14.40	0.05	0.43	
	Összesen:		3 911.16	933.42	37.78	48.33	16.90	80.17	0.46	2.31	





5/28/2026 csütörtök (00109) DIAB109 T:15 E:50 U:15	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65	
		Zsemle	306.46	73.32	2.54	0.40	0.92	14.40	0.05	0.43	
	E	Görög gyümölcsleves diab	222.84	53.06	1.09	3.79	1.80	7.73	2.11	0.06	
		Vasalt csirkemell	553.39	132.40	29.64	1.20	0.30	0.60	0.00	0.10	
		Mexikói zöldséges jázmin rizs	825.11	200.74	5.07	0.39	0.05	43.11	0.06	0.32	
	U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01	
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
		Zsemle	306.46	73.32	2.54	0.40	0.92	14.40	0.05	0.43	
		Összesen:	3 138.76	753.24	49.15	25.60	8.12	80.67	2.27	2.10	





5/29/2026 péntek (00109) DIAB109 T:15 E:50 U:15	T	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zöldpaprika	24.57	5.85	0.36	0.09	0.00	0.90	0.00	0.00		
		Gluténmentes kenyér	269.61	64.50	0.38	0.33	0.00	14.78	0.00	0.00		
	E	Fülsztölt húsos lencseleves	864.40	206.40	13.65	21.10	1.22	22.98	0.00	0.09		
		Kakaópor	130.75	31.13	1.85	2.17	1.28	1.05	0.00	0.01		
		Tejbedara	791.06	188.34	8.33	5.50	2.75	27.89	0.03	0.54		
	U	Tavaszi felvágott	191.74	45.65	2.59	3.66	1.38	0.59	0.00	0.46		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Gluténmentes kenyér	269.61	64.50	0.38	0.33	0.00	14.78	0.00	0.00		
	Összesen:		3 072.96	732.85	27.58	47.18	10.43	83.05	0.03	1.30		

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





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
5/25/2026 hétfő (00113) Diab113 15-40-10 Hangya Barnabás	T Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
	Zsemle	306.46	73.32	2.54	0.40	0.92	14.40	0.05	0.43		
	Trappista sajt	621.77	148.75	11.08	10.84	7.14	0.64	0.64	0.97		
	E Vöröslencse leves diab	185.84	44.26	2.24	0.50	0.07	7.64	0.60	0.48		
	Reszelt trappista sajt	155.44	37.01	2.77	2.81	1.79	0.16	0.00	0.24		
	Milánói makaróni	361.48	86.12	7.43	4.61	0.75	4.46	3.01	0.35		
	Tészta köret diab	662.29	158.44	5.30	1.81	0.10	30.02	0.02	0.04		
	U Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29		
	Zsemle	183.87	43.99	1.52	0.24	0.55	8.64	0.03	0.26		
		Összesen:	2 973.34	710.03	33.37	32.49	14.55	68.03	4.35	3.16	





5/26/2026 kedd (00113) Diab113 15-40-10 Hangya Barnabás	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16	
		Zsemle	306.46	73.32	2.54	0.40	0.92	14.40	0.05	0.43	
	E	Zöldséges reszelt tésztaleves	317.41	75.72	1.95	3.39	0.06	9.24	0.00	0.15	
		Bácskai rizseshús	728.95	174.23	12.11	11.59	1.70	2.14	0.00	0.07	
		Párolt rizs diab	620.26	151.12	3.24	1.02	0.02	31.38	0.04	0.09	
	U	Baromfipárizsi	222.81	53.05	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00	
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
		Zsemle	232.91	55.72	1.93	0.30	0.70	10.94	0.04	0.32	
		Összesen:	3 383.33	810.43	25.07	43.30	11.77	69.38	0.13	2.32	





5/27/2026 szerda (00113) Diab113 15-40-10 Hangya Barnabás	T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60	
		Zsemle	306.46	73.32	2.54	0.40	0.92	14.40	0.05	0.43	
	E	Májgaluska leves	348.85	83.11	5.17	1.80	0.46	11.52	0.00	0.09	
		Vagdalt	1 210.33	289.22	14.52	15.97	5.52	17.65	0.32	0.54	
		Cukkinifőzelék	318.46	75.93	3.71	1.70	0.08	12.54	0.02	0.04	
	U	Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00	
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
		Jégretek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04	
		Zsemle	220.65	52.79	1.83	0.29	0.66	10.37	0.04	0.31	
		Összesen:	3 596.35	858.30	34.18	47.00	16.51	67.57	0.43	2.15	





5/28/2026 csütörtök (00113) Diab113 15-40-10 Hangya Barnabás	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65	
		Zsemle	306.46	73.32	2.54	0.40	0.92	14.40	0.05	0.43	
	E	Görög gyümölcsleves diab	222.84	53.06	1.09	3.79	1.80	7.73	2.11	0.06	
		Vasalt csirkemell	553.39	132.40	29.64	1.20	0.30	0.60	0.00	0.10	
		Mexikói zöldséges jázmin rizs	618.83	150.55	3.80	0.29	0.04	32.33	0.04	0.24	
	U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01	
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
		Zsemle	220.65	52.79	1.83	0.29	0.66	10.37	0.04	0.31	
		Összesen:	2 846.67	682.52	47.17	25.39	7.85	65.86	2.24	1.90	





5/29/2026 péntek (00113) Diab113 15-40-10 Hangya Barnabás	T	Zöldpaprika	24.57	5.85	0.36	0.09	0.00	0.90	0.00	0.00	
		Zsemle	306.46	73.32	2.54	0.40	0.92	14.40	0.05	0.43	
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
	E	Fülstölt húsos lencseleves	749.15	178.88	11.83	18.29	1.05	19.91	0.00	0.08	
		Kakaópor	130.75	31.13	1.85	2.17	1.28	1.05	0.00	0.01	
		Tejbedara	565.04	134.53	5.95	3.93	1.97	19.92	0.02	0.39	
	U	Tavaszi felvágott	191.74	45.65	2.59	3.66	1.38	0.59	0.00	0.46	
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
		Zsemle	214.52	51.32	1.78	0.28	0.64	10.08	0.04	0.30	
	Összesen:		2 713.45	647.16	26.94	42.82	11.04	66.93	0.11	1.87	

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
5/25/2026 hétfő (00143) Tej, tojásmentes diéta	T	Minidzsem	224.28	53.66	0.08	0.00	0.00	12.90	0.00	0.00			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	E	Paradicsom leves	485.40	115.91	1.76	4.01	0.02	18.33	11.99	0.03			
		Zöldfűszeres pulykatokány	320.73	76.40	11.77	2.87	0.75	0.86	0.00	0.20			
		Párolt rizsköret	1 248.68	297.41	6.40	2.63	0.05	62.00	0.00	0.09			
	U	Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29			
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
			Összesen:	4 001.10	954.78	30.66	22.39	7.73	153.76	12.19	2.41		





5/26/2026 kedd (00143) Tej, tojásmentes diéta	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Májgaluska leves	379.69	90.66	3.86	4.79	0.23	7.87	0.00	0.35		
		Vagdalt gm tm	622.04	148.42	13.42	6.15	0.79	9.69	0.00	0.64		
		Burgonyafőzelék	981.67	234.84	4.87	4.25	0.03	40.66	0.36	0.10		
	U	Baromfipárizsi	222.81	53.05	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Összesen:	4 386.56	1 047.50	35.61	43.39	13.10	117.10	0.56	4.05		





5/27/2026 szerda		Tej, tojásmentes diéta (00143)									
T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60		
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
E	Tárkonyos zöldség leves	313.49	74.90	1.48	1.69	0.02	13.23	0.00	0.19		
	Grillezett csirkemellcsíkok	503.04	120.34	23.71	2.56	0.24	0.48	0.00	0.08		
	Grillezett zöldségek	395.06	94.23	2.17	4.38	0.04	11.28	0.00	0.51		
	Párolt barnarizs	848.89	203.09	4.40	2.05	0.00	42.63	0.00	0.05		
U	Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00		
	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	Jégretek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04		
Összesen:		4 477.90	1 069.75	48.33	39.12	12.85	126.31	0.20	3.27		





5/28/2026 csütörtök (00143) Tej, tojásmentes diéta	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Sárgabarack krémleves	390.95	93.23	0.90	0.23	0.01	21.53	10.10	0.02		
		Natúr sertéskaraj TM GM	1 100.47	263.27	25.20	17.70	3.46	0.48	0.00	0.35		
		Zöldborsófőzelék	1 133.49	270.34	12.71	4.61	0.46	43.08	4.00	0.06		
	U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Összesen:	4 775.23	1 140.50	57.24	43.56	11.74	123.12	14.30	2.89		





5/29/2026 péntek (00143) Tej, tojásmentes diéta	T	Csirkemell sonka	135.87	32.35	5.55	0.35	0.13	1.75	0.00	0.58			
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.05	0.00		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	E	Magyaros karfiolleves	411.86	98.39	2.20	5.61	0.03	9.62	0.11	0.17			
		Bolognai ragu TM GM	520.21	124.12	11.18	4.35	0.66	10.14	5.60	0.16			
		Tészta köret diab	1 177.41	281.68	9.42	3.23	0.19	53.38	0.04	0.08			
	U	Tavaszi felvágott	191.74	45.65	2.59	3.66	1.38	0.59	0.00	0.46			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	Összesen:		4 155.32	992.95	41.12	31.80	9.17	133.17	6.00	3.25			

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/25/2026 hétfő (00151) Tej-,szójamentes diéta	T Minidzsem	224.28	53.66	0.08	0.00	0.00	12.90	0.00	0.00		
	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E Paradicsom leves	485.40	115.91	1.76	4.01	0.02	18.33	11.99	0.03		
	Zöldfűszeres pulykatokány	320.73	76.40	11.77	2.87	0.75	0.86	0.00	0.20		
	Párolt rizsköret	1 248.68	297.41	6.40	2.63	0.05	62.00	0.00	0.09		
	U Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29		
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	Összesen:		4 001.10	954.78	30.66	22.39	7.73	153.76	12.19	2.41	





5/26/2026 kedd (00151) Tej-,szójamentes diéta	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Májgaluska leves	379.69	90.66	3.86	4.79	0.23	7.87	0.00	0.35		
		Vagdalt gm tm	622.04	148.42	13.42	6.15	0.79	9.69	0.00	0.64		
		Burgonyafőzelék	981.67	234.84	4.87	4.25	0.03	40.66	0.36	0.10		
	U	Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Sertés párizsi	222.81	53.30	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00		
		Összesen:	4 347.75	1 038.77	35.59	42.39	12.40	117.11	0.61	3.95		





5/27/2026 szerda		Tej-,szójamentes diéta (00151)									
T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60		
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
E	Tárkonyos zöldségleves	313.49	74.90	1.48	1.69	0.02	13.23	0.00	0.19		
	Grillezett csirkemellcsíkok	472.88	113.13	23.71	1.76	0.24	0.48	0.00	0.08		
	Grillezett zöldségek	395.06	94.23	2.17	4.38	0.04	11.28	0.00	0.51		
	Párolt barnarizs	848.89	203.09	4.40	2.05	0.00	42.63	0.00	0.05		
U	Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00		
	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	Jégretek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04		
Összesen:		4 447.74	1 062.54	48.33	38.32	12.85	126.31	0.20	3.27		





5/28/2026 csütörtök	Tej-,szójamentes diéta (00151)	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65			
			Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
		E	Sárgabarack krémleves	390.95	93.23	0.90	0.23	0.01	21.53	10.10	0.02			
			Natúr sertéskaraj TM GM	1 100.47	263.27	25.20	17.70	3.46	0.48	0.00	0.35			
			Zöldborsófőzelék	1 133.49	270.34	12.71	4.61	0.46	43.08	4.00	0.06			
		U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01			
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
			Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
			Összesen:	4 775.23	1 140.50	57.24	43.56	11.74	123.12	14.30	2.89			





5/29/2026 péntek (00151) Tej-,szójamentes diéta	T	Csirkemell sonka	135.87	32.35	5.55	0.35	0.13	1.75	0.00	0.58			
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.05	0.00		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	E	Magyaros karfiolleves	411.86	98.39	2.20	5.61	0.03	9.62	0.11	0.17			
		Bolognai ragu TM GM	520.21	124.12	11.18	4.35	0.66	10.14	5.60	0.16			
		Tészta köret diab	1 177.41	281.68	9.42	3.23	0.19	53.38	0.04	0.08			
	U	Tavaszi felvágott	191.74	45.65	2.59	3.66	1.38	0.59	0.00	0.46			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	Összesen:		4 155.32	992.95	41.12	31.80	9.17	133.17	6.00	3.25			





5/30/2026 szombat	Tej-,szójamentes diéta (00151)	T	Diákcsemege paprikás szeletelt kg	260.32	61.98	3.01	5.53	2.12	0.04	0.00	0.51			
			Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00			
			Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
		E	Póréhagymaleves	209.96	50.17	1.13	0.66	0.00	9.84	1.80	0.11			
			Kókusz mártás	158.76	37.98	0.60	1.34	0.92	5.70	0.00	0.01			
			Sült halfilé	682.50	162.54	19.80	8.72	1.70	0.00	0.00	3.27			
			Bulgur	1 087.39	258.92	9.22	1.37	0.17	56.90	0.00	0.11			
		U	Miniméz 20g-os	273.50	65.12	0.02	0.00	0.00	16.20	16.20	0.00			
			Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00			
			Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
			Összesen:	4 351.85	1 038.49	43.94	31.22	10.99	146.38	18.30	5.71			

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
5/25/2026 hétfő (00152) Tojásmentes diéta	T Minidzsem	224.28	53.66	0.08	0.00	0.00	12.90	0.00	0.00			
	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	E Paradicsom leves	485.40	115.91	1.76	4.01	0.02	18.33	11.99	0.03			
	Zöldfűszeres pulykatokány	320.73	76.40	11.77	2.87	0.75	0.86	0.00	0.20			
	Párolt rizsköret	1 248.68	297.41	6.40	2.63	0.05	62.00	0.00	0.09			
	U Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29			
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	Összesen:		4 001.10	954.78	30.66	22.39	7.73	153.76	12.19	2.41		





5/26/2026 kedd (00152) Tojásmentes diéta	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Májgaluska leves	379.69	90.66	3.86	4.79	0.23	7.87	0.00	0.35		
		Vagdalt gm tm	622.04	148.42	13.42	6.15	0.79	9.69	0.00	0.64		
		Burgonyafőzelék	981.67	234.84	4.87	4.25	0.03	40.66	0.36	0.10		
	U	Baromfipárizsi	222.81	53.05	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Összesen:	4 386.56	1 047.50	35.61	43.39	13.10	117.10	0.56	4.05		





5/27/2026 szerda (00152) Tojásmentes diéta												
T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60			
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
E	Tárkonyos zöldség leves	313.49	74.90	1.48	1.69	0.02	13.23	0.00	0.19			
	Grillezett csirkemellcsíkok	503.04	120.34	23.71	2.56	0.24	0.48	0.00	0.08			
	Grillezett zöldségek	395.06	94.23	2.17	4.38	0.04	11.28	0.00	0.51			
	Párolt barnarizs	848.89	203.09	4.40	2.05	0.00	42.63	0.00	0.05			
U	Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00			
	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	Jégretek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04			
Összesen:		4 477.90	1 069.75	48.33	39.12	12.85	126.31	0.20	3.27			





5/28/2026 csütörtök	Tojásmentes diéta (00152)	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65			
			Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
		E	Sárgabarack krémleves	390.95	93.23	0.90	0.23	0.01	21.53	10.10	0.02			
			Natúr sertéskaraj TM GM	1 100.47	263.27	25.20	17.70	3.46	0.48	0.00	0.35			
			Zöldborsófőzelék	1 133.49	270.34	12.71	4.61	0.46	43.08	4.00	0.06			
		U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01			
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
			Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
			Összesen:	4 775.23	1 140.50	57.24	43.56	11.74	123.12	14.30	2.89			





5/29/2026 péntek (00152) Tojásmentes diéta	T	Csirkemell sonka	135.87	32.35	5.55	0.35	0.13	1.75	0.00	0.58			
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.05	0.00		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	E	Magyaros karfiolleves	411.86	98.39	2.20	5.61	0.03	9.62	0.11	0.17			
		Bolognai ragu TM GM	520.21	124.12	11.18	4.35	0.66	10.14	5.60	0.16			
		Tészta köret diab	1 177.41	281.68	9.42	3.23	0.19	53.38	0.04	0.08			
	U	Tavaszi felvágott	191.74	45.65	2.59	3.66	1.38	0.59	0.00	0.46			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	Összesen:		4 155.32	992.95	41.12	31.80	9.17	133.17	6.00	3.25			

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/25/2026 hétfő (00155) Gluténmentes diéta	T		Minidzsem	224.28	53.66	0.08	0.00	0.00	12.90	0.00	0.00		
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
			Gluténmentes kenyér	359.48	86.00	0.51	0.44	0.00	19.71	0.00	0.00		
	U		Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29		
			Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
				Összesen:	1 619.17	386.80	1.84	12.39	3.23	64.25	0.00	0.39	





5/26/2026 kedd	(00155) Gluténmentes diéta	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16		
			Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
		U	Sertés párizsi	222.81	53.30	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00		
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
			Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
			Összesen:	2 255.78	538.57	4.82	27.94	8.37	60.42	0.00	1.26		





5/27/2026 szerda (00155) Gluténmentes diéta	T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
	U	Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
		Jégretek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04		
		Összesen:	2 270.04	541.93	7.93	28.18	8.87	60.23	0.00	0.74		





5/28/2026 csütörtök	Gluténmentes diéta (00155)	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65		
			Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
		U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01		
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
			Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
			Összesen:	2 002.94	478.40	9.79	20.76	4.13	59.57	0.00	0.76		





5/29/2026 péntek (00155) Gluténmentes diéta	T	Csirkemell sonka	135.87	32.35	5.55	0.35	0.13	1.75	0.00	0.58		
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
	U	Tavaszi felvágott	191.74	45.65	2.59	3.66	1.38	0.59	0.00	0.46		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
	Összesen:		1 898.46	453.50	9.68	18.35	4.61	61.57	0.05	1.14		





5/30/2026 szombat (00155) Gluténmentes diéta	T	Diákcsemege paprikás szeletelt kg	260.32	61.98	3.01	5.53	2.12	0.04	0.00	0.51		
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00		
		Gluténmentes kenyér	359.48	86.00	0.51	0.44	0.00	19.71	0.00	0.00		
	U	Miniméz 20g-os	273.50	65.12	0.02	0.00	0.00	16.20	16.20	0.00		
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00		
		Gluténmentes kenyér	359.48	86.00	0.51	0.44	0.00	19.71	0.00	0.00		
		Összesen:	1 706.38	407.62	4.05	18.41	4.52	55.76	16.30	0.51		

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/25/2026 hétfő (00158) Tej-gluténmentes	T		Minidzsem	224.28	53.66	0.08	0.00	0.00	12.90	0.00	0.00		
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
			Gluténmentes kenyér	359.48	86.00	0.51	0.44	0.00	19.71	0.00	0.00		
	U		Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29		
			Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
				Összesen:	1 619.17	386.80	1.84	12.39	3.23	64.25	0.00	0.39	





5/26/2026 kedd	(00158) Tej-gluténmentes	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16		
			Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
		U	Sertés párizsi	222.81	53.30	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00		
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
			Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
			Összesen:	2 255.78	538.57	4.82	27.94	8.37	60.42	0.00	1.26		





5/27/2026 szerda (00158) Tej-gluténmentes	T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
	U	Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
		Jégretek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04		
		Összesen:	2 270.04	541.93	7.93	28.18	8.87	60.23	0.00	0.74		





5/28/2026 csütörtök	Tej-gluténmentes (00158)	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65		
			Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
		U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01		
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
			Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
			Összesen:	2 002.94	478.40	9.79	20.76	4.13	59.57	0.00	0.76		





5/29/2026 péntek (00158) Tej-gluténmentes	T	Csirkemell sonka	135.87	32.35	5.55	0.35	0.13	1.75	0.00	0.58		
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
	U	Tavaszi felvágott	191.74	45.65	2.59	3.66	1.38	0.59	0.00	0.46		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
	Összesen:		1 898.46	453.50	9.68	18.35	4.61	61.57	0.05	1.14		

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
5/25/2026 hétfő (00161) Tej-Toj-Omag-must-citr-banánm.	T Minidzsem	224.28	53.66	0.08	0.00	0.00	12.90	0.00	0.00			
	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	E Paradicsom leves	485.40	115.91	1.76	4.01	0.02	18.33	11.99	0.03			
	Zöldfűszeres pulykatokány	320.73	76.40	11.77	2.87	0.75	0.86	0.00	0.20			
	Párolt rizsköret	1 248.68	297.41	6.40	2.63	0.05	62.00	0.00	0.09			
	U Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29			
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	Összesen:		4 001.10	954.78	30.66	22.39	7.73	153.76	12.19	2.41		





5/26/2026 kedd (00161) Tej-Toj-Omag-must-citr-banánm.	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Májgaluska leves	379.69	90.66	3.86	4.79	0.23	7.87	0.00	0.35		
		Vagdalt gm tm	622.04	148.42	13.42	6.15	0.79	9.69	0.00	0.64		
		Burgonyafőzelék	981.67	234.84	4.87	4.25	0.03	40.66	0.36	0.10		
	U	Baromfipárizsi	222.81	53.05	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00		
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	Összesen:		4 347.75	1 038.52	35.59	42.39	12.40	117.11	0.61	3.95		





5/27/2026 szerda (00161) Tej-Toj-Omag-must-citr-banánm.	T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Tárkonyos zöldség leves	313.49	74.90	1.48	1.69	0.02	13.23	0.00	0.19		
		Grillezett csirkemellcsíkok	472.88	113.13	23.71	1.76	0.24	0.48	0.00	0.08		
		Grillezett zöldségek	395.06	94.23	2.17	4.38	0.04	11.28	0.00	0.51		
		Párolt barnarizs	848.89	203.09	4.40	2.05	0.00	42.63	0.00	0.05		
	U	Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Jégretek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04		
		Összesen:	4 447.74	1 062.54	48.33	38.32	12.85	126.31	0.20	3.27		





5/28/2026 csütörtök (00161) Tej-Toj-Omag-must-citr-banánm.	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Sárgabarack krémleves	390.95	93.23	0.90	0.23	0.01	21.53	10.10	0.02		
		Natúr sertéskaraj TM GM	1 100.47	263.27	25.20	17.70	3.46	0.48	0.00	0.35		
		Zöldborsófőzelék	1 133.49	270.34	12.71	4.61	0.46	43.08	4.00	0.06		
	U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Összesen:	4 775.23	1 140.50	57.24	43.56	11.74	123.12	14.30	2.89		





5/29/2026 péntek (00161) Tej-Toj-Omag-must-citr-banánm.	T	Csirkemell sonka	135.87	32.35	5.55	0.35	0.13	1.75	0.00	0.58		
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Magyaros karfiolleves	411.86	98.39	2.20	5.61	0.03	9.62	0.11	0.17		
		Bolognai ragu TM GM	520.21	124.12	11.18	4.35	0.66	10.14	5.60	0.16		
		Tészta köret diab	1 177.41	281.68	9.42	3.23	0.19	53.38	0.04	0.08		
	U	Tavaszi felvágott	191.74	45.65	2.59	3.66	1.38	0.59	0.00	0.46		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Összesen:	4 155.32	992.95	41.12	31.80	9.17	133.17	6.00	3.25		

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/25/2026 hétfő (00163) Tej, tojás, szója, omag, citrm.	T Minidzsem	224.28	53.66	0.08	0.00	0.00	12.90	0.00	0.00		
	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E Paradicsom leves	485.40	115.91	1.76	4.01	0.02	18.33	11.99	0.03		
	Zöldfűszeres pulykatokány	320.73	76.40	11.77	2.87	0.75	0.86	0.00	0.20		
	Párolt rizsköret	1 248.68	297.41	6.40	2.63	0.05	62.00	0.00	0.09		
	U Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29		
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	Összesen:		4 001.10	954.78	30.66	22.39	7.73	153.76	12.19	2.41	





5/26/2026 kedd (00163) Tej, tojás, szója, omag, citrm.	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Májgaluska leves	379.69	90.66	3.86	4.79	0.23	7.87	0.00	0.35		
		Vagdalt gm tm	622.04	148.42	13.42	6.15	0.79	9.69	0.00	0.64		
		Burgonyafőzelék	981.67	234.84	4.87	4.25	0.03	40.66	0.36	0.10		
	U	Baromfipárizsi	222.81	53.05	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Összesen:	4 386.56	1 047.50	35.61	43.39	13.10	117.10	0.56	4.05		





5/27/2026 szerda (00163) Tej, tojás, szója, omag, citm.	T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60			
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	E	Tárkonyos zöldségleves	313.49	74.90	1.48	1.69	0.02	13.23	0.00	0.19			
		Grillezett csirkemellcsíkok	503.04	120.34	23.71	2.56	0.24	0.48	0.00	0.08			
		Grillezett zöldségek	395.06	94.23	2.17	4.38	0.04	11.28	0.00	0.51			
		Párolt barnarizs	848.89	203.09	4.40	2.05	0.00	42.63	0.00	0.05			
	U	Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	Összesen:			4 459.63	1 065.40	47.97	39.09	12.85	125.65	0.20	3.23		





5/28/2026 csütörtök (00163) Tej, tojás, szója, omag, citrm.	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Sárgabarack krémleves	390.95	93.23	0.90	0.23	0.01	21.53	10.10	0.02		
		Natúr sertéskaraj TM GM	1 100.47	263.27	25.20	17.70	3.46	0.48	0.00	0.35		
		Zöldborsófőzelék	1 133.49	270.34	12.71	4.61	0.46	43.08	4.00	0.06		
	U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Összesen:	4 775.23	1 140.50	57.24	43.56	11.74	123.12	14.30	2.89		





5/29/2026 péntek (00163) Tej, tojás, szója, omag, citrm.	T	Csirkemell sonka	135.87	32.35	5.55	0.35	0.13	1.75	0.00	0.58			
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.05	0.00		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	E	Magyaros karfiolleves	411.86	98.39	2.20	5.61	0.03	9.62	0.11	0.17			
		Bolognai ragu TM GM	520.21	124.12	11.18	4.35	0.66	10.14	5.60	0.16			
		Tészta köret diab	1 177.41	281.68	9.42	3.23	0.19	53.38	0.04	0.08			
	U	Tavaszi felvágott	191.74	45.65	2.59	3.66	1.38	0.59	0.00	0.46			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	Összesen:		4 155.32	992.95	41.12	31.80	9.17	133.17	6.00	3.25			

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
5/25/2026 hétfő (00164) Sertéshúsmentes B MENÜ	T Minidzsem	224.28	53.66	0.08	0.00	0.00	12.90	0.00	0.00			
	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	E Paradicsom leves	485.40	115.91	1.76	4.01	0.02	18.33	11.99	0.03			
	Zöldfűszeres pulykatokány	320.73	76.40	11.77	2.87	0.75	0.86	0.00	0.20			
	Párolt rizsköret	1 248.68	297.41	6.40	2.63	0.05	62.00	0.00	0.09			
	U Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29			
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	Összesen:		4 001.10	954.78	30.66	22.39	7.73	153.76	12.19	2.41		





5/26/2026 kedd (00164) Sertéshúsmentes B MENÜ	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Májgaluska leves	506.25	120.88	5.14	6.38	0.31	10.49	0.00	0.47		
		Vagdalt gm tm	622.04	148.42	13.42	6.15	0.79	9.69	0.00	0.64		
		Burgonyafőzelék	1 308.89	313.12	6.49	5.67	0.04	54.21	0.48	0.13		
	U	Baromfipárizsi	222.81	53.05	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Összesen:	4 840.34	1 156.00	38.51	46.40	13.19	133.27	0.68	4.20		





5/27/2026

szerda

(00164)

Sertéshúsmentes B MENÜ

T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60	
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
E	Tárkonyos zöldségleves	313.49	74.90	1.48	1.69	0.02	13.23	0.00	0.19	
	Grillezett csirkemelcsíkok	503.04	120.34	23.71	2.56	0.24	0.48	0.00	0.08	
	Grillezett zöldségek	395.06	94.23	2.17	4.38	0.04	11.28	0.00	0.51	
	Párolt barnarizs	848.89	203.09	4.40	2.05	0.00	42.63	0.00	0.05	
U	Jégretek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04	
	Mozzarella sajt	413.01	98.34	6.80	7.56	4.02	0.78	0.00	0.33	
	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
Összesen:		4 541.05	1 084.79	51.70	38.98	14.00	127.01	0.20	3.60	





5/28/2026 csütörtök (00164) Sertéshúsmentes B MENÜ	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65	
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
	E	Sárgabarack krémleves	390.95	93.23	0.90	0.23	0.01	21.53	10.10	0.02	
		Sült csirkecomb	915.81	219.09	27.21	11.77	1.71	0.84	0.00	0.10	
		Zöldborsófőzelék	1 133.49	270.34	12.71	4.61	0.46	43.08	4.00	0.06	
	U	Trappista sajt	621.77	148.75	11.08	10.84	7.14	0.64	0.64	0.97	
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
		Összesen:	4 962.70	1 185.35	67.39	43.36	17.13	124.08	14.94	3.60	





5/29/2026 péntek (00164) Sertéshúsmentes B MENÜ	T	Csirkemell sonka	135.87	32.35	5.55	0.35	0.13	1.75	0.00	0.58			
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.05	0.00		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	E	Magyaros karfiolleves	411.86	98.39	2.20	5.61	0.03	9.62	0.11	0.17			
		Bolognai ragu TM GM	520.21	124.12	11.18	4.35	0.66	10.14	5.60	0.16			
		Tészta köret diab	1 177.41	281.68	9.42	3.23	0.19	53.38	0.04	0.08			
	U	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
		Harcsa pástétom 50 g-os	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00			
	Összesen:		3 697.97	884.06	38.51	21.14	5.89	132.54	6.00	2.69			

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/25/2026 hétfő (00165) Olajosmagmentes	T	Minidzsem	224.28	53.66	0.08	0.00	0.00	12.90	0.00	0.00		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Paradicsom leves	485.40	115.91	1.76	4.01	0.02	18.33	11.99	0.03		
		Zöldfűszeres pulykatokány	320.73	76.40	11.77	2.87	0.75	0.86	0.00	0.20		
		Párolt rizsköret	1 248.68	297.41	6.40	2.63	0.05	62.00	0.00	0.09		
	U	Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
			Összesen:	4 001.10	954.78	30.66	22.39	7.73	153.76	12.19	2.41	





5/26/2026 kedd (00165) Olajosmagmentes	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Májgaluska leves	379.69	90.66	3.86	4.79	0.23	7.87	0.00	0.35		
		Vagdalt gm tm	622.04	148.42	13.42	6.15	0.79	9.69	0.00	0.64		
		Burgonyafőzelék	981.67	234.84	4.87	4.25	0.03	40.66	0.36	0.10		
	U	Baromfipárizsi	222.81	53.05	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Összesen:	4 386.56	1 047.50	35.61	43.39	13.10	117.10	0.56	4.05		





5/27/2026 szerda (00165) Olajosmagntes	T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60			
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	E	Tárkonyos zöldség leves	313.49	74.90	1.48	1.69	0.02	13.23	0.00	0.19			
		Grillezett csirkemelcsíkok	503.04	120.34	23.71	2.56	0.24	0.48	0.00	0.08			
		Grillezett zöldségek	395.06	94.23	2.17	4.38	0.04	11.28	0.00	0.51			
		Párolt barnarizs	848.89	203.09	4.40	2.05	0.00	42.63	0.00	0.05			
	U	Jégretek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04			
		Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	Összesen:			4 477.90	1 069.75	48.33	39.12	12.85	126.31	0.20	3.27		





5/28/2026 csütörtök	Olajosmagmentes (00165)	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65			
			Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
		E	Sárgabarack krémleves	390.95	93.23	0.90	0.23	0.01	21.53	10.10	0.02			
			Natúr sertéskaraj TM GM	1 100.47	263.27	25.20	17.70	3.46	0.48	0.00	0.35			
			Zöldborsófőzelék	1 133.49	270.34	12.71	4.61	0.46	43.08	4.00	0.06			
		U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01			
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
			Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
			Összesen:	4 775.23	1 140.50	57.24	43.56	11.74	123.12	14.30	2.89			





5/29/2026 péntek (00165) Olajosmagntes	T	Csirkemell sonka	135.87	32.35	5.55	0.35	0.13	1.75	0.00	0.58			
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.05	0.00		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	E	Magyaros karfiolleves	411.86	98.39	2.20	5.61	0.03	9.62	0.11	0.17			
		Bolognai ragu TM GM	520.21	124.12	11.18	4.35	0.66	10.14	5.60	0.16			
		Tészta köret diab	1 177.41	281.68	9.42	3.23	0.19	53.38	0.04	0.08			
	U	Tavaszi felvágott	191.74	45.65	2.59	3.66	1.38	0.59	0.00	0.46			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
	Összesen:		4 155.32	992.95	41.12	31.80	9.17	133.17	6.00	3.25			

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/25/2026 hétfő (00172) Tej-, szója-, omag-, citrusmentes	T	Minidzsem	224.28	53.66	0.08	0.00	0.00	12.90	0.00	0.00		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Paradicsom leves	485.40	115.91	1.76	4.01	0.02	18.33	11.99	0.03		
		Zöldfűszeres pulykatokány	320.73	76.40	11.77	2.87	0.75	0.86	0.00	0.20		
		Párolt rizsköret	1 248.68	297.41	6.40	2.63	0.05	62.00	0.00	0.09		
	U	Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
			Összesen:	4 001.10	954.78	30.66	22.39	7.73	153.76	12.19	2.41	





5/26/2026 kedd (00172) Tej-, szója-, omag-, citrusmentes	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Májgaluska leves	379.69	90.66	3.86	4.79	0.23	7.87	0.00	0.35		
		Vagdalt gm tm	622.04	148.42	13.42	6.15	0.79	9.69	0.00	0.64		
		Burgonyafőzelék	981.67	234.84	4.87	4.25	0.03	40.66	0.36	0.10		
	U	Sertés párizsi	222.81	53.30	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	Összesen:		4 386.56	1 047.75	35.61	43.39	13.10	117.10	0.56	4.05		





5/27/2026 szerda (00172)		Tej-, szója-, omag-, citrusmentes									
T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60		
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
E	Tárkonyos zöldség leves	313.49	74.90	1.48	1.69	0.02	13.23	0.00	0.19		
	Grillezett csirkemelcsíkok	503.04	120.34	23.71	2.56	0.24	0.48	0.00	0.08		
	Grillezett zöldségek	395.06	94.23	2.17	4.38	0.04	11.28	0.00	0.51		
	Párolt barnarizs	848.89	203.09	4.40	2.05	0.00	42.63	0.00	0.05		
U	Jégretek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04		
	Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00		
	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
Összesen:		4 477.90	1 069.75	48.33	39.12	12.85	126.31	0.20	3.27		





5/28/2026 csütörtök (00172) Tej-, szója-, omag-, citrusmentes	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Sárgabarack krémleves	390.95	93.23	0.90	0.23	0.01	21.53	10.10	0.02		
		Natúr sertéskaraj TM GM	1 100.47	263.27	25.20	17.70	3.46	0.48	0.00	0.35		
		Zöldborsófőzelék	1 133.49	270.34	12.71	4.61	0.46	43.08	4.00	0.06		
	U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Összesen:	4 775.23	1 140.50	57.24	43.56	11.74	123.12	14.30	2.89		





5/29/2026 péntek (00172) Tej-, szója-, omag-, citrusmentes		T	Csirkemell sonka	135.87	32.35	5.55	0.35	0.13	1.75	0.00	0.58			
			Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00			
			Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
		E	Magyaros karfiolleves	411.86	98.39	2.20	5.61	0.03	9.62	0.11	0.17			
			Bolognai ragu TM GM	520.21	124.12	11.18	4.35	0.66	10.14	5.60	0.16			
			Gluténmentes rizstészta	1 275.40	305.12	2.28	4.14	0.00	64.60	0.00	0.08			
		U	Tavaszi felvágott	191.74	45.65	2.59	3.66	1.38	0.59	0.00	0.46			
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
			Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85			
		Összesen:			4 253.31	1 016.39	33.98	32.71	8.98	144.39	5.96	3.25		

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/25/2026 hétfő (00178) Tej-glutén-cukormentes	T		Diákcsemege csemege	416.07	99.54	4.90	8.52	0.00	0.06	0.00	0.02		
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
			Gluténmentes kenyér	359.48	86.00	0.51	0.44	0.00	19.71	0.00	0.00		
	U		Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29		
			Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
				Összesen:	1 810.96	432.68	6.66	20.91	3.23	51.41	0.00	0.41	





5/26/2026 kedd	Tej-glutén-cukormentes (00178)	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16		
			Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
		U	Sertés párizsi	222.81	53.30	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00		
			Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
			Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
			Összesen:	2 255.78	538.57	4.82	27.94	8.37	60.42	0.00	1.26		





5/27/2026 szerda (00178) Tej-glutén-cukormentes	T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
	U	Jégrettek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04		
		Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
		Összesen:	2 270.04	541.93	7.93	28.18	8.87	60.23	0.00	0.74		





5/28/2026 csüörtök (00178) Tej-glutén-cukormentes	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
	U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
		Összesen:	2 002.94	478.40	9.79	20.76	4.13	59.57	0.00	0.76		





5/29/2026 péntek (00178) Tej-glutén-cukormentes	T	Csirkemell sonka	135.87	32.35	5.55	0.35	0.13	1.75	0.00	0.58		
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
	U	Tavaszi felvágott	191.74	45.65	2.59	3.66	1.38	0.59	0.00	0.46		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
	Összesen:		1 898.46	453.50	9.68	18.35	4.61	61.57	0.05	1.14		

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/25/2026 hétfő (00192) Fruktózzeg Tej-Glutén-Szójam. Jak	T	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Csirkemell sonka	108.70	25.88	4.44	0.28	0.11	1.40	0.00	0.46		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
	U	Pulykamellsonka	92.40	22.00	3.40	0.56	0.18	0.84	0.00	0.43		
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
			Összesen:	1 771.95	423.38	9.38	15.18	3.39	61.47	0.05	0.99	





5/26/2026 kedd (00192) Fruktózzeg Tej-Glutén-Szójam. Jak	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16			
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00			
	U	Sertés párizsi	222.81	53.30	2.98	4.55	1.72	0.05	0.00	0.00			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00			
			Összesen:	2 255.78	538.57	4.82	27.94	8.37	60.42	0.00	1.26		





5/27/2026 szerda (00192) Fruktózszeg Tej-Glutén-Szójam. Jak	T	Virslis margarinkrém TM.	557.86	133.04	2.60	12.11	4.10	0.31	0.00	0.60		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
	U	Jégretek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04		
		Soproni felvágott	349.86	83.30	3.43	7.70	2.87	0.08	0.00	0.00		
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00		
		Összesen:	2 270.04	541.93	7.93	28.18	8.87	60.23	0.00	0.74		





5/28/2026 csütörtök (00192) Fruktózszeg Tej-Glutén-Szójam. Jak	T	Szárnyas húskrém	409.25	97.44	5.31	7.31	2.23	0.35	0.00	0.65			
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00			
	U	Diákcsemege csemege	249.64	59.72	2.94	5.11	0.00	0.04	0.00	0.01			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00			
			Összesen:	2 002.94	478.40	9.79	20.76	4.13	59.57	0.00	0.76		





5/29/2026 péntek (00192) Fruktózszeg Tej-Glutén-Szójam. Jak	T	Csirkemell sonka	135.87	32.35	5.55	0.35	0.13	1.75	0.00	0.58			
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00			
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00			
	U	Tavaszi felvágott	191.74	45.65	2.59	3.66	1.38	0.59	0.00	0.46			
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10			
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.67	0.00	29.57	0.00	0.00			
			Összesen:	1 898.46	453.50	9.68	18.35	4.61	61.57	0.05	1.14		





5/30/2026 szombat (00192) Fruktózszege Tej-Glutén-Szójam. Jak	T	Diákcsemege paprikás szeletelt kg	260.32	61.98	3.01	5.53	2.12	0.04	0.00	0.51			
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00			
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.66	0.00	29.56	0.00	0.00			
	U	Csirkemell sonka	217.39	51.76	8.88	0.56	0.21	2.80	0.00	0.92			
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00			
		Gluténmentes kenyér	539.22	129.00	0.76	0.66	0.00	29.56	0.00	0.00			
		Összesen:	2 009.75	480.26	13.41	19.41	4.73	62.06	0.10	1.43			

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/25/2026 hétfő (00394) Vegetáriánus	T Minidzsem	224.28	53.66	0.08	0.00	0.00	12.90	0.00	0.00		
	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E Paradicsom leves	647.20	154.55	2.34	5.35	0.02	24.44	15.99	0.04		
	Currys zöldségragu	557.42	132.97	4.08	8.43	1.71	9.96	0.50	1.11		
	Párolt rizsköret	1 560.85	371.76	8.00	3.29	0.06	77.50	0.00	0.11		
	U Sült zöldségkrém	230.58	54.90	0.47	4.28	1.33	2.03	0.00	0.29		
	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	Összesen:		4 711.76	1 124.34	25.15	29.95	8.70	184.47	16.69	3.35	





5/26/2026 kedd (00394) Vegetáriánus	T	Vitaminos margarinkrém	688.92	164.03	0.30	15.05	4.75	1.19	0.00	1.16	
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
	E	Szójás zöldséleves	568.33	135.45	10.23	5.55	0.12	11.02	0.00	0.24	
		Zöldségvagdalt	609.51	145.30	5.23	6.21	1.11	15.79	0.00	0.42	
		Burgonyafőzelék	1 308.89	313.12	6.49	5.67	0.04	54.21	0.48	0.13	
	U	Zöldpaprika	24.57	5.85	0.36	0.09	0.00	0.90	0.00	0.00	
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
		Összesen:	4 691.65	1 120.25	32.79	41.17	11.60	140.75	0.68	3.75	





5/27/2026 szerda (00394) Vegetáriánus	T	Tömlős sajt	811.80	194.21	10.00	14.00	9.12	7.00	0.00	0.90	
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
	E	Tárkonyos zöldségleves	417.99	99.86	1.97	2.25	0.02	17.64	0.00	0.25	
		Rántott camanbert nuggets	1 679.04	401.68	15.00	26.98	8.20	25.00	1.20	0.00	
		Grillezett zöldségek	493.83	117.79	2.71	5.48	0.05	14.10	0.00	0.64	
		Párolt barnarizs	848.89	203.09	4.40	2.05	0.00	42.63	0.00	0.05	
	U	Jégretek	18.27	4.35	0.36	0.03	0.00	0.66	0.00	0.04	
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
		Összesen:	5 761.25	1 377.48	44.62	59.39	22.97	164.67	1.40	3.68	





5/28/2026 csütörtök (00394) Vegetáriánus	T	Brokkolis zöldségpástétom	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
	E	Sárgabarack krémleves	521.27	124.30	1.20	0.30	0.01	28.70	13.47	0.02	
		Grillezett tofu	555.31	132.43	9.73	10.04	0.00	0.75	0.00	0.01	
		Zöldborsófőzelék	1 416.86	337.92	15.89	5.76	0.57	53.85	5.00	0.07	
	U	Trappista sajt	621.77	148.75	11.08	10.84	7.14	0.64	0.64	0.97	
		Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10	
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85	
		Összesen:	4 606.64	1 099.90	48.08	35.54	13.30	141.58	19.31	2.87	





5/29/2026 péntek (00394) Vegetáriánus	T	Jégretek	36.54	8.70	0.72	0.06	0.00	1.32	0.00	0.09		
		Minimargarin	226.80	54.26	0.00	6.00	1.20	0.05	0.05	0.00		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	E	Magyaros karfiolleves	549.14	131.19	2.93	7.48	0.04	12.82	0.14	0.22		
		Lencse bolognai ragu	1 160.27	277.46	8.53	15.87	0.02	24.64	8.40	0.16		
		Tészta köret diab	1 471.76	352.10	11.78	4.04	0.24	66.73	0.05	0.10		
	U	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Uborka	15.12	3.62	0.30	0.03	0.00	0.51	0.00	0.01		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
	Összesen:		4 951.06	1 183.83	34.44	42.08	7.08	163.71	8.84	2.38		





5/30/2026 szombat (00394) Vegetáriánus	T	Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Tömlős sajt	811.80	194.21	10.00	14.00	9.12	7.00	0.00	0.90		
	E	Póréhagymaleves	279.95	66.89	1.50	0.88	0.00	13.12	2.40	0.14		
		Grillezett cékla	298.93	71.22	2.60	1.20	0.00	11.80	0.00	1.47		
		Párolt karottás köles	1 758.06	419.02	9.20	13.58	0.90	64.83	0.00	0.19		
	U	Minimargarin 10g	265.61	63.24	0.02	7.00	1.90	0.04	0.00	0.10		
		Zsemle	612.91	146.63	5.08	0.80	1.84	28.80	0.10	0.85		
		Miniméz 20g-os	273.50	65.12	0.02	0.00	0.00	16.20	16.20	0.00		
		Összesen:	4 913.67	1 172.96	33.50	38.26	15.60	170.59	18.80	4.50		





5/31/2026 vasárnap (00394) Vegetáriánus	E	Káposzta leves	572.22	136.66	7.00	4.56	0.10	18.52	0.00	0.23		
		Rántott hagymakarika veget	263.93	63.14	0.00	6.99	0.00	0.00	0.00	0.00		
		Burgonyapüré	1 247.91	298.24	6.27	6.50	1.95	46.04	0.00	0.13		
		Összesen:	2 084.06	498.04	13.27	18.05	2.05	64.56	0.00	0.36		

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte





-Általános Iskola - Ebéd

22. hét

2026.05.25. - 2026.05.30.

ESTD.2011



DrSÉF Kft.

Gluténmentes, tejszentes, tojásmentes ételek
www.drsef.hu

Ebéd

Hétfő 2026.05.25.	Kedd 2026.05.26.	Szerda 2026.05.27.	Csütörtök 2026.05.28.	Péntek 2026.05.29.	Szombat 2026.05.30.
Püskösd	Hamis fehér raguleves házi galuskával, Bolognai spagetti növényi sajttal (sertés)	Hideg őszibarackleves, Natúr csirkemell, kakukkfűves burgonya, Káposzta saláta	Hamis orosházi tányéros (sertéshússal), Zöldborsófőzelék, Stefánia sertésvagdalt sertésmájjal, Alma IV.	Vadas leves daragaluskával, Rakott brokkoli (csirke), Körte	
	zeller (Hamis fehér raguleves házi galuskával)		zeller (Hamis orosházi tányéros (sertéshússal))	mustár (Vadas leves daragaluskával)	
Energia (kcal)	0	739	701	735	704
Fehérje (g)	0	23	34	32	32
Zsír (g)	0	36	9	32	20
Ebből telített zsírsav (g)	0	12,1	2,1	7,3	7,5
Szénhidrát (g)	0	78	113	73	87
Ebből cukor (g)	0	4,8	20,5	12,6	5,9
Só (NaCl) (g)	0	1,4	1,8	1,3	2,5

DD40 Diabétesz-Általános Iskola 40 g- Ebéd

22. hét

2026.05.25. - 2026.05.30.

DrSÉF Kft.

Gluténmentes, tejmentes, tojásmentes ételek
www.drsef.hu
Ebéd

Ebéd											
Hétfő 2026.05.25.		Kedd 2026.05.26.		Szerda 2026.05.27.		Csütörtök 2026.05.28.		Péntek 2026.05.29.		Szombat 2026.05.30.	
Püskösd		Hamis fehér raguleves házi galuskával DD., Bolognai spagetti cukkinivel növényi sajttal (sertés) DD.		Húsgaluskaleves, Natúr csirkemell, kakukkfűves burgonya DD., fűszeres karotta zóna		Hamis orosházi tányéros (sertéshússal) DD, Zöldborsófőzelék édesítőszerez, Stefánia sertésvagdalt sertésmájjal		Hamis bojtárleves, Rakott brokkoli hajdinával (csirke) DD.			
		zeller (Hamis fehér raguleves házi galuskával DD.)		zeller (Húsleves alap zöldségekkel adagolva)		zeller (Hamis orosházi tányéros (sertéshússal) DD)					
Energia (kcal)	0	Energia (kcal)	615	Energia (kcal)	388	Energia (kcal)	635	Energia (kcal)	350		
Fehérje (g)	0	Fehérje (g)	24	Fehérje (g)	38	Fehérje (g)	29	Fehérje (g)	23		
Zsír (g)	0	Zsír (g)	38	Zsír (g)	8	Zsír (g)	35	Zsír (g)	10		
Ebből telített zsírsav (g)	0	Ebből telített zsírsav (g)	12,8	Ebből telített zsírsav (g)	1,8	Ebből telített zsírsav (g)	7,7	Ebből telített zsírsav (g)	3,4		
Szénhidrát (g)	0	Szénhidrát (g)	44	Szénhidrát (g)	40	Szénhidrát (g)	43	Szénhidrát (g)	43		
Ebből cukor (g)	0	Ebből cukor (g)	2,4	Ebből cukor (g)	0,7	Ebből cukor (g)	7,4	Ebből cukor (g)	0,9		
Só (NaCl) (g)	0	Só (NaCl) (g)	1,3	Só (NaCl) (g)	0,9	Só (NaCl) (g)	1,3	Só (NaCl) (g)	1,4		

Reggeli

Reggeli					
Hétfő 2026.05.25.	Kedd 2026.05.26.	Szerda 2026.05.27.	Csütörtök 2026.05.28.	Péntek 2026.05.29.	Szombat 2026.05.30.
Püskösd	Hamis fehér raguleves házi galuskával F., Csirkemellsonkás spagetti	Húsgaluskaleves F., Natúr csirkemell, kakukkfűves burgonya	Hamis orosházi tányéros (sertéshússal) F., Stefánia sertésvagdalt, párolt rizsköret	Hamis bojtárleves F., Rakott brokkoli (csirke)	
	zeller (Hamis fehér raguleves házi galuskával F.)	zeller (Húsleves alap)	zeller (Hamis orosházi tányéros (sertéshússal) F.)		
Energia (kcal)	0	403	640	741	471
Fehérje (g)	0	18	43	32	30
Zsír (g)	0	9	17	34	15
Ebből telített zsírsav (g)	0	3,7	2,6	5,2	6
Szénhidrát (g)	0	83	73	74	56
Ebből cukor (g)	0	3,1	2,3	2,1	1,1
Só (NaCl) (g)	0	3	1,5	1,7	2,7



-Általános Iskola - Ebéd

22. hét

2026.05.25. - 2026.05.30.

ESTD.2011



DrSÉF Kft.

Gluténmentes, tejszentes, tojásmentes ételek
www.drsef.hu

Ebéd

Ebéd						
Hétfő 2026.05.25.	Kedd 2026.05.26.	Szerda 2026.05.27.	Csütörtök 2026.05.28.	Péntek 2026.05.29.	Szombat 2026.05.30.	
Püskösd	Hamis fehér raguleves házi galuskával, Bolognai spagetti növényi sajttal (sertés)	Hideg őszibarackleves, Natúr csirkemell, kakukkfűves burgonya, Káposzta saláta	Hamis orosházi tányéros (sertéshússal), Zöldborsófőzelék, Stefánia sertésvagdalt sertésmájjal, Alma IV.	Vadas leves daragaluskával, Rakott brokkoli (csirke), Körte		
	zeller (Hamis fehér raguleves házi galuskával)		zeller (Hamis orosházi tányéros (sertéshússal))	mustár (Vadas leves daragaluskával)		
Energia (kcal)	0	739	701	735	Energia (kcal)	704
Fehérje (g)	0	23	34	32	Fehérje (g)	32
Zsír (g)	0	36	9	32	Zsír (g)	20
Ebből telített zsírsav (g)	0	12,1	2,1	7,3	Ebből telített zsírsav (g)	7,5
Szénhidrát (g)	0	78	113	73	Szénhidrát (g)	87
Ebből cukor (g)	0	4,8	20,5	12,6	Ebből cukor (g)	5,9
Só (NaCl) (g)	0	1,4	1,8	1,3	Só (NaCl) (g)	2,5

DD40 Diabétesz-Általános Iskola 40 g- Ebéd

22. hét

2026.05.25. - 2026.05.30.

DrSÉF Kft.

Gluténmentes, tejmentes, tojásmentes ételek
www.drsef.hu
Ebéd

Ebéd							
Hétfő 2026.05.25.	Kedd 2026.05.26.	Szerda 2026.05.27.	Csütörtök 2026.05.28.	Péntek 2026.05.29.	Szombat 2026.05.30.		
Püskösd	Hamis fehér raguleves házi galuskával DD., Bolognai spagetti cukkinivel növényi sajttal (sertés) DD.	Húsgaluskaleves, Natúr csirkemell, kakukkfűves burgonya DD., fűszeres karotta zóna	Hamis orosházi tányéros (sertéshússal) DD, Zöldborsófőzelék édesítőszerezrel, Stefánia sertésvagdalt sertésmájjal	Hamis bojtárleves, Rakott brokkoli hajdinával (csirke) DD.			
	zeller (Hamis fehér raguleves házi galuskával DD.)	zeller (Húsleves alap zöldségekkel adagolva)	zeller (Hamis orosházi tányéros (sertéshússal) DD)				
Energia (kcal)	0	615	388	635	Energia (kcal)	350	
Fehérje (g)	0	24	38	29	Fehérje (g)	23	
Zsír (g)	0	38	8	35	Zsír (g)	10	
Ebből telített zsírsav (g)	0	12,8	1,8	7,7	Ebből telített zsírsav (g)	3,4	
Szénhidrát (g)	0	44	40	43	Szénhidrát (g)	43	
Ebből cukor (g)	0	2,4	0,7	7,4	Ebből cukor (g)	0,9	
Só (NaCl) (g)	0	1,3	0,9	1,3	Só (NaCl) (g)	1,4	

Reggeli

Hétfő 2026.05.25.	Kedd 2026.05.26.	Szerda 2026.05.27.	Csütörtök 2026.05.28.	Péntek 2026.05.29.	Szombat 2026.05.30.
Püskösd	Hamis fehér raguleves házi galuskával F., Csirkemellsonkás spagetti	Húsgaluskaleves F., Natúr csirkemell, kakukkfűves burgonya	Hamis orosházi tányéros (sertéshússal) F., Stefánia sertésvagdalt, párolt rizsköret	Hamis bojtárleves F., Rakott brokkoli (csirke)	
	zeller (Hamis fehér raguleves házi galuskával F.)	zeller (Húsleves alap)	zeller (Hamis orosházi tányéros (sertéshússal) F.)		
Energia (kcal) 0	Energia (kcal) 403	Energia (kcal) 640	Energia (kcal) 741	Energia (kcal) 471	
Fehérje (g) 0	Fehérje (g) 18	Fehérje (g) 43	Fehérje (g) 32	Fehérje (g) 30	
Zsír (g) 0	Zsír (g) 9	Zsír (g) 17	Zsír (g) 34	Zsír (g) 15	
Ebből telített zsírsav (g) 0	Ebből telített zsírsav (g) 3,7	Ebből telített zsírsav (g) 2,6	Ebből telített zsírsav (g) 5,2	Ebből telített zsírsav (g) 6	
Szénhidrát (g) 0	Szénhidrát (g) 83	Szénhidrát (g) 73	Szénhidrát (g) 74	Szénhidrát (g) 56	
Ebből cukor (g) 0	Ebből cukor (g) 3,1	Ebből cukor (g) 2,3	Ebből cukor (g) 2,1	Ebből cukor (g) 1,1	
Só (NaCl) (g) 0	Só (NaCl) (g) 3	Só (NaCl) (g) 1,5	Só (NaCl) (g) 1,7	Só (NaCl) (g) 2,7	