



Tételes étlap 2025.03.17. - 2025.03.23.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 03. 17. hétfő (00470) Gluténmentes 4-6 év	T Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
	Téliszalámi	324,16	77,55	3,45	7,05	2,85	0,08	0,00	0,68		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
	Glutén mentes kenyér	576,40	137,89	0,80	0,20	0,02	32,68	2,00	0,03		
	U Sajt helyettesítő, szeletelt (244,11	58,40	0,10	4,60	3,20	4,20	0,00	0,40		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
	Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
	Összesen:	2 738,76	655,19	4,92	35,21	12,37	78,72	19,98	2,19		
2025. 03. 18. kedd (00470) Gluténmentes 4-6 év	T Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
	Szendicskrém, vegán (diétás)	204,82	49,00	0,20	4,80	4,20	1,28	0,00	0,28		
	Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
	Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
	U Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
	Glutén mentes kenyér	576,40	137,89	0,80	0,20	0,02	32,68	2,00	0,03		
	Összesen:	2 053,11	491,16	1,83	12,38	5,72	92,24	36,18	1,12		





2025. 03. 19. szerda (00470) Gluténmentes 4-6 év											
T	Kakaó 0,2l (Pöttyös)	538,44	128,81	7,00	1,00	0,54	22,80	22,80	0,23		
	Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
	Glutén mentes kenyér	576,40	137,89	0,80	0,20	0,02	32,68	2,00	0,03		
	U Abonett 100g	433,88	103,80	4,50	0,99	0,18	18,00	0,33	0,24		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
Összesen:		2 165,27	518,00	14,97	13,65	3,81	81,40	25,23	1,22		
2025. 03. 20. csütörtök (00470) Gluténmentes 4-6 év											
T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
	Paprikás szalámi	357,39	85,50	2,70	6,24	3,20	0,15	0,00	0,60		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
	Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
U	Szendicskrém, vegán (diétás)	153,62	36,75	0,15	3,60	3,15	0,96	0,00	0,21		
	Glutén mentes kenyér	576,40	137,89	0,80	0,20	0,02	32,68	2,00	0,03		
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
Összesen:		2 301,40	550,56	4,39	22,94	9,83	76,29	19,98	1,77		





2025. 03. 21. péntek (00470) Gluténmentes 4-6 év	T	Kakaó 0,2l (Pöttyös)	538,44	128,81	7,00	1,00	0,54	22,80	22,80	0,23		
		Tojáskrém O*T.M.	424,31	101,51	1,51	10,41	2,80	0,32	0,00	0,47		
		Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
		TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
		Összesen:	1 988,19	471,72	10,62	25,45	13,87	52,53	25,91	1,59		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

