



Tételes étlap 2026.03.30. - 2026.04.05.

| Diéta | Étlap tétel | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsírsvav (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének | Fogy. ár |
|------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------|----------------|-------------|----------|----------------|----------------|-----------|--------|------------|----------|
| 2026. 03. 30. hétfő (00539) Tej-tojás-gluténmentes 7-14 | T Almás fahéjas rétes*diéta | 1 266,54 | 303,00 | 6,50 | 15,00 | 12,00 | 32,00 | 18,00 | 0,52 | | |
| | U Sajt helyettesítő, szeletelt (| 366,17 | 87,60 | 0,15 | 6,90 | 4,80 | 6,30 | 0,00 | 0,60 | | |
| | Liga margarin tejmentes 20% zs | 531,22 | 127,09 | 0,04 | 14,00 | 3,80 | 0,08 | 0,08 | 0,20 | | |
| | Mediterrán párna*diéta | 927,96 | 222,00 | 3,70 | 5,50 | 1,60 | 31,00 | 2,80 | 0,73 | | |
| | Összesen: | 3 091,89 | 739,69 | 10,39 | 41,40 | 22,20 | 69,38 | 20,88 | 2,05 | | |
| 2026. 03. 31. kedd (00539) Tej-tojás-gluténmentes 7-14 | T Szendvicsskrém, vegán (diétás) | 204,82 | 49,00 | 0,20 | 4,80 | 4,20 | 1,28 | 0,00 | 0,28 | | |
| | Magvas szendvicsalap*diéta | 844,36 | 202,00 | 6,50 | 2,20 | 0,40 | 32,00 | 2,00 | 0,40 | | |
| | Sárgarépa friss | 50,44 | 12,07 | 0,36 | 0,06 | 0,01 | 2,43 | 0,00 | 0,09 | | |
| | U Alma | 218,12 | 52,18 | 0,60 | 0,60 | 0,00 | 10,50 | 0,00 | 0,02 | | |
| | Puffasztott rizs | 806,74 | 193,00 | 4,10 | 1,05 | 0,25 | 41,20 | 0,90 | 0,00 | | |
| | Összesen: | 2 124,48 | 508,25 | 11,76 | 8,71 | 4,86 | 87,41 | 2,90 | 0,79 | | |





| 2026. 04. 01. szerda (00539) Tej-tojás-gluténmentes 7-14 | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------|--------|-------|-------|-------|-------|------|------|--|--|
| T | Téliszalámi | 432,21 | 103,40 | 4,60 | 9,40 | 3,80 | 0,10 | 0,00 | 0,90 | | | |
| | Liga margarin tejmentes 20% zs | 531,22 | 127,09 | 0,04 | 14,00 | 3,80 | 0,08 | 0,08 | 0,20 | | | |
| | Mediterrán párna*diéta | 927,96 | 222,00 | 3,70 | 5,50 | 1,60 | 31,00 | 2,80 | 0,73 | | | |
| | TV paprika | 24,57 | 0,00 | 0,36 | 0,09 | 0,00 | 0,90 | 0,00 | 0,00 | | | |
| | Összesen: | 3 169,96 | 752,49 | 15,40 | 43,99 | 21,20 | 63,08 | 19,88 | 2,31 | | | |
| U | Meggyes kakaós rétes*diéta | 1 254,00 | 300,00 | 6,70 | 15,00 | 12,00 | 31,00 | 17,00 | 0,48 | | | |
| | Összesen: | 3 169,96 | 752,49 | 15,40 | 43,99 | 21,20 | 63,08 | 19,88 | 2,31 | | | |
| | T | EUROFOUD májkrém sertés 50 gr | 689,70 | 165,00 | 4,45 | 16,10 | 6,10 | 0,60 | 0,00 | 0,75 | | |
| | | Puffasztott rizs | 806,74 | 193,00 | 4,10 | 1,05 | 0,25 | 41,20 | 0,90 | 0,00 | | |
| | | Jégcsap retek | 18,27 | 4,37 | 0,36 | 0,03 | 0,00 | 0,66 | 0,00 | 0,04 | | |
| | U | Paprikás szalámi | 476,52 | 114,00 | 3,60 | 8,32 | 4,26 | 0,20 | 0,00 | 0,80 | | |
| | | Liga margarin tejmentes 20% zs | 531,22 | 127,09 | 0,04 | 14,00 | 3,80 | 0,08 | 0,08 | 0,20 | | |
| Magvas szendvicsalap*diéta | | 844,36 | 202,00 | 6,50 | 2,20 | 0,40 | 32,00 | 2,00 | 0,40 | | | |
| Összesen: | 3 366,81 | 805,46 | 19,05 | 41,70 | 14,81 | 74,74 | 2,98 | 2,19 | | | | |

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

