



Tételes étlap 2026.04.13. - 2026.04.19.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2026. 04. 13. hétfő (00497) Glutén,tejt,tojás,halmentes 4-6 év	T Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13			
	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	0,06	0,15			
	Glutén mentes kenyér	576,40	137,89	0,80	0,20	0,02	32,68	2,00	0,03			
	U Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,00	0,44			
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15			
	Glutén mentes kenyér	576,40	137,89	0,80	0,20	0,02	32,68	2,00	0,03			
	Összesen:	2 608,94	624,13	8,45	32,09	10,08	74,02	12,33	1,61			
	2026. 04. 14. kedd (00497) Glutén,tejt,tojás,halmentes 4-6 év	T Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
		Szendvicskrém, 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			
Kápia paprika		16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
U 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	0,06	0,15			
Glutén mentes kenyér		576,40	137,89	0,80	0,20	0,02	32,68	2,00	0,03			
Összesen:		1 946,85	465,74	5,00	15,16	6,27	76,08	12,37	1,11			





2026. 04. 15. szerda (00497)		Glutén,tej,tojás,halmentes 4-6 év										
T	Kakaó ovi *TM	582,50	139,35	1,77	2,66	0,58	26,23	17,98	0,12			
	Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00			
	Glutén mentes kenyér	576,40	137,89	0,80	0,20	0,02	32,68	2,00	0,03			
	U	Olasz felvágott	355,00	84,93	2,56	4,70	3,20	0,20	0,00	0,32		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
		Glutén mentes kenyér	576,40	137,89	0,80	0,20	0,02	32,68	2,00	0,03		
Összesen:		2 762,21	660,80	6,04	18,26	6,67	108,05	38,24	0,65			
2026. 04. 16. csütörtök (00497)		Glutén,tej,tojás,halmentes 4-6 év										
T	Kókuszital	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07			
	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40			
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15			
	Glutén mentes kenyér	576,40	137,89	0,80	0,20	0,02	32,68	2,00	0,03			
	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:		3 355,65	404,60	8,56	69,28	52,07	44,68	5,27	0,76			





2026. 04. 17. péntek (00497) Glutén,tej,tojás,halmentes 4-6 év	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
		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	0,06	0,15		
		Glutén mentes kenyér	576,40	137,89	0,80	0,20	0,02	32,68	2,00	0,03		
		Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	U	Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96		
		Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
		Összesen:	2 508,95	600,22	3,01	18,80	7,42	104,28	11,27	1,68		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

