



Tételes étlap 2026.05.04. - 2026.05.10.

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. 05. 04. hétfő (00470) Gluténmentes 7-10 év	T Pulykamell sonka	135,43	32,40	3,60	1,50	0,48	0,78	0,39	0,66		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
	Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03		
	U Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
	Gyümölcsle 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
	Összesen:	2 689,58	643,45	5,93	20,05	5,99	108,81	4,22	2,09		
2026. 05. 05. kedd (00470) Gluténmentes 7-10 év	T Főtt tojás isk*	138,10	33,04	2,70	2,40	0,62	0,12	0,12	0,07		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
	Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
	Kápia paprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	U Zala felvágott	273,37	65,40	3,90	5,40	2,22	0,33	0,00	0,66	 	
	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
	Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03		
	Összesen:	2 708,04	647,87	8,46	38,48	11,07	65,89	2,78	1,94		





2026. 05. 06. szerda (00470) Gluténmentes 7-10 év		2026. 05. 07. csütörtök (00470) Gluténmentes 7-10 év		2026. 05. 08. péntek (00470) Gluténmentes 7-10 év							
T	Harcapástétom 50g	349,03	83,50	0,00	7,60	1,03	1,48	0,05	0,33		
	Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03		
	Retek - piros	1,83	0,44	0,04	0,00	0,00	0,07	0,00	0,00		
U	Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	16,13	0,01		
	Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
	Összesen:	1 834,83	438,96	1,56	10,19	1,66	82,06	18,68	1,15		
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		
	Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03		
U	Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
	Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
	Összesen:	2 446,49	585,29	6,14	25,99	8,23	80,76	18,78	1,91		
T	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		
	Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03		
	TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
U	Párizsi sertés	294,69	70,50	3,00	6,33	2,16	0,66	0,15	0,60		





2026. 05. 08.	(00470)	Cl. társaság	U	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20	
				Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03	
				Összesen:	3 188,87	757,02	5,59	41,82	14,62	89,72	5,31	1,66	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

