



Tételes étlap 2026.01.05. - 2026.01.11.

	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. 01. 05. hétfő	(00491) Tej-gluténmentes 4-6 év	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
			Szendvicsskrém, 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		
		U	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		
			Összesen:	2 181,90	521,97	5,97	21,59	8,90	74,70	12,27	1,23		
2026. 01. 06. kedd	(00491) Tej-gluténmentes 4-6 év	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
			Olasz felvágott	266,25	63,70	1,92	3,53	2,40	0,15	0,00	0,24		
			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	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
			Összesen:	1 923,80	460,23	5,14	25,93	15,21	46,75	13,38	0,67		





2026. 01. 07. szerda (00491) Tej-gluténmentes 4-6 év											
T	Kókuszital	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07		
	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	0,06	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	0,06	0,15	
		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	
	Összesen:	4 123,96	592,32	8,36	77,06	50,55	66,74	2,12	2,21		
2026. 01. 08. csütörtök (00491) Tej-gluténmentes 4-6 év	T Tejeskávésző T.M.	435,98	104,30	0,74	1,91	0,24	20,93	12,99	0,00		
	Meggyes kakaós rétes*diéta	1 254,00	300,00	6,70	15,00	12,00	31,00	17,00	0,48		
	U 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		
	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		
	Összesen:	2 917,99	694,16	11,58	36,86	18,54	76,20	30,05	2,09		





2026. 01. 09. péntek	Tej-gluténmentes 4-6 év (00491)	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13			
			Tojáskrém O*T.M.	424,31	101,51	1,51	10,41	2,80	0,32	0,12	0,47			
			Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78			
			Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
		U	EUROFOOD kacsamáj krém 50g	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	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:	1 659,06	396,90	3,71	13,05	3,43	65,37	10,33	1,41			
2026. 01. 10. szombat	Tej-gluténmentes 4-6 év (00491)	T	Kakaó ovi *TM	582,50	139,35	1,77	2,66	0,58	26,23	17,98	0,12			
			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			
			Póréhagyma	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,00			
		U	Mákos puszedli*diéta	619,48	148,20	4,20	4,86	0,30	20,40	11,40	0,53			
			Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08			
			Összesen:	3 048,03	729,18	11,79	22,03	5,23	117,15	31,44	1,35			

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

