



Tételes étlap 2026.05.11. - 2026.05.17.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 05. 11. hétfő (00470) Gluténmentes 7-10 év	<b>T</b> 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		
	Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
	<b>U</b> Sonkaszalámi	109,10	26,10	3,36	0,84	0,33	1,29	0,15	0,84		
	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		
	Összesen:	2 515,83	601,88	4,43	40,42	13,93	54,81	0,31	3,40		
2026. 05. 12. kedd (00470) Gluténmentes 7-10 év	<b>T</b> Tojáskrém I*T.M.	306,33	73,28	2,78	6,67	1,76	0,45	0,14	0,44		
	Puffasztott rizs	806,74	193,00	4,10	1,05	0,25	41,20	0,90	0,00		
	Újhagyma	1,62	0,39	0,02	0,00	0,00	0,09	0,00	0,00		
	<b>U</b> 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:	1 878,16	449,32	7,42	10,06	2,61	81,40	17,17	1,23		





2026. 05. 13. szerda (00470) Gluténmentes 7-10 év												
<b>T</b>	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			
	Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78			
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01			
<b>U</b>	Gluténmentes fahéjas csiga	1 131,00	270,57	1,10	9,90	4,30	43,70	6,90	0,10			
	Összesen:	2 439,39	583,59	5,76	31,67	10,92	68,15	6,98	1,75			
2026. 05. 14. csütörtök (00470) Gluténmentes 7-10 év												
<b>T</b>	Szendvicskrém, 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			
	Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00			
<b>U</b>	Sós perlec*diétás	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Összesen:	732,58	175,26	0,92	7,23	4,81	26,62	0,00	1,06			
2026. 05. 15. péntek (00470) Gluténmentes 7-10 év												
<b>T</b>	Párizsi sertés	294,69	70,50	3,00	6,33	2,16	0,66	0,15	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			
	Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04			
<b>U</b>	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11			
	Összesen:	2 084,68	498,73	5,85	32,25	15,92	47,53	5,84	0,98			





.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

