



Tételes étlap 2026.05.18. - 2026.05.24.

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. 18. hétfő (00470) Gluténmentes 7-10 év	T Szendvicsskrém, vegán (diétás)	204,82	49,00	0,20	4,80	4,20	1,28	0,00	0,28		
	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		
	U Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	Összesen:	2 037,42	487,42	2,91	9,98	5,91	94,99	3,75	1,57		
2026. 05. 19. kedd (00470) Gluténmentes 7-10 év	T Soproni felvágott	349,86	83,70	3,43	7,70	2,87	0,08	0,00	0,00		
	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		
	TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	U Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
	Abonett 100g	723,14	173,00	7,50	1,65	0,30	30,00	0,55	0,41		
	Összesen:	2 637,85	625,19	13,20	37,42	17,50	59,87	3,74	1,50		





2026. 05. 20. szerda		2026. 05. 21. csütörtök		2026. 05. 22. péntek							
Gluténmentes 7-10 év (00470)	T	Fekete áfonya dzsem	203,11	48,59	0,05	0,00	0,00	11,94	11,94	0,00	
		Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03	
	U	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
		Kuglóf gluténmentes	447,26	107,00	0,00	3,55	1,45	18,35	0,00	0,05	
		Összesen:	1 588,99	380,14	1,65	4,40	1,48	81,64	14,44	0,10	
Gluténmentes 7-10 év (00470)	T	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	
		Sárgarépa friss	50,44	12,07	0,36	0,06	0,01	2,43	0,00	0,09	
	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	
		Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78	
	Összesen:	2 595,81	621,02	5,76	36,05	10,46	67,30	2,66	1,96		
Gluténmentes 7-10 év (00470)	T	Szel.Trap.sajt, zsíros	466,33	111,56	8,31	8,43	5,36	0,48	0,00	0,73	
		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	
	U	Mákos puszekli*diéta	619,48	148,20	4,20	4,86	0,30	20,40	11,40	0,53	
	Összesen:	2 120,83	507,38	13,27	29,66	10,06	45,00	11,48	2,25		





.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

