



Tételes étlap 2026.06.08. - 2026.06.14.

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. 06. 08. hétfő (00470) Gluténmentes 7-10 év	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		
	Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
	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:	2 977,58	712,35	10,00	45,39	14,25	64,97	2,66	2,77		
2026. 06. 09. kedd (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		
	Kápia paprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	U Csokis párna*diéta	1 105,82	264,55	5,66	12,35	7,80	29,25	15,60	0,00		
	Összesen:	2 055,71	491,80	7,22	17,49	12,03	72,28	18,10	0,31		





2026. 06. 10. szerda (00470) Gluténmentes 7-10 év		2026. 06. 11. csütörtök (00470) Gluténmentes 7-10 év		2026. 06. 12. péntek (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	
	Újhagyma	1,62	0,39	0,02	0,00	0,00	0,09	0,00	0,00	
U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11	
	Összesen:	1 680,00	401,92	4,63	30,38	14,95	29,10	3,31	1,16	
T	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	
	Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03	
	Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00	
U	Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20	
	Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00	
	Összesen:	2 701,95	646,41	5,99	19,48	5,85	111,13	3,98	2,27	
T	Harcspástétom 50g	349,03	83,50	0,00	7,60	1,03	1,48	0,05	0,33	
	Puffasztott rizs	806,74	193,00	4,10	1,05	0,25	41,20	0,90	0,00	
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01	
U	Gluténmentes kakaós batyu	1 179,18	282,10	1,04	12,09	6,24	42,51	2,99	0,13	
	Összesen:	2 349,69	562,13	5,44	20,77	7,52	85,70	3,94	0,47	





.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

