



Tételes étlap 2025.06.09. - 2025.06.15.

|                      | Diéta                          |   | Étlap tétel                    | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsírsv (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének                                                                                                                                                              | Fogy. ár |
|----------------------|--------------------------------|---|--------------------------------|--------------|----------------|-------------|----------|--------------|----------------|-----------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
| 2025. 06. 10. kedd   | (00470)<br>Gluténmentes 4-6 év | T | Citromos tea ovi               | 308,21       | 73,73          | 0,09        | 0,02     | 0,00         | 18,11          | 17,98     | 0,00   |                                                                                      |          |
|                      |                                |   | Szendicskrém, vegán (diétás)   | 153,62       | 36,75          | 0,15        | 3,60     | 3,15         | 0,96           | 0,00      | 0,21   |   |          |
|                      |                                |   | 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 | Kókuszgurt 120g                | 520,00       | 124,40         | 1,45        | 11,64    | 9,93         | 5,28           | 3,11      | 0,11   |                                                                                                                                                                         |          |
|                      |                                |   | Összesen:                      | 1 487,27     | 355,80         | 2,35        | 17,66    | 13,68        | 48,48          | 21,09     | 1,10   |                                                                                                                                                                         |          |
| 2025. 06. 11. szerda | (00470)<br>Gluténmentes 4-6 év | T | Kakaó 0,2l (Pöttyös)           | 538,44       | 128,81         | 7,00        | 1,00     | 0,54         | 22,80          | 22,80     | 0,23   |                                                                                      |          |
|                      |                                |   | 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   |                                                                                                                                                                         |          |
|                      |                                |   | Uborka(kígyó)                  | 9,83         | 2,35           | 0,20        | 0,02     | 0,00         | 0,34           | 0,00      | 0,01   |                                                                                                                                                                         |          |
|                      |                                | U | EUROFOUD májkrém sertés 50 gr  | 689,70       | 165,00         | 4,45        | 16,10    | 6,10         | 0,60           | 0,00      | 0,75   |                                                                                                                                                                         |          |
|                      |                                |   | Bagett gluténmentes 60g        | 489,06       | 117,00         | 0,42        | 2,34     | 0,60         | 23,53          | 0,00      | 0,78   |                                                                                                                                                                         |          |
|                      |                                |   | Összesen:                      | 3 026,00     | 723,91         | 16,35       | 37,21    | 12,96        | 80,09          | 24,86     | 2,63   |                                                                                                                                                                         |          |





|                            |                                |   |                                |          |        |       |       |      |       |       |      |  |  |
|----------------------------|--------------------------------|---|--------------------------------|----------|--------|-------|-------|------|-------|-------|------|--|--|
| 2025. 06. 12.<br>csütörtök | (00470)<br>Gluténmentes 4-6 év | T | Citromos tea ovi               | 308,21   | 73,73  | 0,09  | 0,02  | 0,00 | 18,11 | 17,98 | 0,00 |  |  |
|                            |                                |   | 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 |  |  |
|                            |                                |   | Glutén mentes kenyér           | 576,40   | 137,89 | 0,80  | 0,20  | 0,02 | 32,68 | 2,00  | 0,03 |  |  |
|                            |                                |   | TV paprika                     | 16,38    | 0,00   | 0,24  | 0,06  | 0,00 | 0,60  | 0,00  | 0,00 |  |  |
|                            |                                | U | Sonkaszalámi                   | 72,73    | 17,40  | 2,24  | 0,56  | 0,22 | 0,86  | 0,10  | 0,56 |  |  |
|                            |                                |   | 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 |  |  |
|                            |                                |   | Összesen:                      | 2 503,71 | 595,04 | 3,95  | 28,78 | 9,74 | 80,10 | 20,20 | 2,07 |  |  |
|                            |                                |   |                                |          |        |       |       |      |       |       |      |  |  |
| 2025. 06. 13.<br>péntek    | (00470)<br>Gluténmentes 4-6 év | T | Tej 2dl ovi                    | 403,79   | 96,60  | 6,80  | 3,00  | 1,63 | 10,60 | 0,00  | 0,27 |  |  |
|                            |                                |   | Csirkemell sonka               | 70,22    | 16,80  | 3,70  | 0,16  | 0,04 | 0,16  | 0,00  | 0,52 |  |  |
|                            |                                |   | 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 |  |  |
|                            |                                |   | Paradicsom                     | 18,31    | 4,38   | 0,20  | 0,04  | 0,01 | 0,80  | 0,00  | 0,00 |  |  |
|                            |                                | U | Gluténmentes ostya (kg)        | 700,57   | 167,60 | 0,60  | 3,44  | 1,34 | 33,36 | 1,00  | 0,96 |  |  |
|                            |                                |   | Alma                           | 145,41   | 34,79  | 0,40  | 0,40  | 0,00 | 7,00  | 0,00  | 0,01 |  |  |
|                            |                                |   | Összesen:                      | 2 313,11 | 553,37 | 12,53 | 17,74 | 5,89 | 84,66 | 3,06  | 1,94 |  |  |
|                            |                                |   |                                |          |        |       |       |      |       |       |      |  |  |





.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

