



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 (00706) Tej-glutén-om.-citr.-marham 4-6 év	T Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
	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		
	Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
	U 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		
	Összesen:	2 267,66	542,49	8,32	27,34	7,85	64,95	10,33	2,20		
2026. 06. 09. kedd (00706) Tej-glutén-om.-citr.-marham 4-6 év	T Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
	Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	16,13	0,01		
	Glutén mentes kenyér	576,40	137,89	0,80	0,20	0,02	32,68	2,00	0,03		
	U 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		
	Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	Összesen:	1 750,12	418,68	2,83	4,10	3,20	91,29	28,34	0,41		







2026. 06. 10. szerda (00706)		Tej-glutén-om.-citr.-marham 4-6 év									
T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	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		
	Újhagyma	1,08	0,26	0,01	0,00	0,00	0,06	0,00	0,00		
U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
	Összesen:	1 845,26	441,44	5,03	26,60	14,25	46,76	13,48	0,82		
2026. 06. 11. csütörtök (00706)		Tej-glutén-om.-citr.-marham 4-6 év									
T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
	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		
	Glutén mentes kenyér	576,40	137,89	0,80	0,20	0,02	32,68	2,00	0,03		
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
U	Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96		





2026. 06. 11	(U	Gyümölcslé 0,2- es 100%	192,28	46,00	0,00	0,00	0,00	11,00	10,00	0,00	
			Összesen:	2 119,10	506,95	4,61	14,80	4,45	87,41	21,37	1,83	
2026. 06. 12. péntek	(00706)	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13	 
			EUROFOOD kacsamáj krém 50g	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Puffasztott rizs	645,39	154,40	3,28	0,84	0,20	32,96	0,72	0,00	
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	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:	1 987,31	475,43	5,26	12,99	6,45	84,05	11,92	0,27		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

