



Tételes étlap 2025.06.16. - 2025.06.22.														
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2025. 06. 16. hétfő	(00521) Tej-tojás-gabonamentes 7-14 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			
			Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00			
		E	Gulyásleves I*	831,65	198,96	13,86	8,42	2,03	16,37	0,00	0,69			
			Gránátos kocka isk* G.M.	1 823,97	436,36	4,21	10,12	1,08	81,18	0,00	0,80			
			Csemege uborka	46,03	11,01	0,48	0,08	0,00	2,08	0,00	1,92			
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02			
		U	Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	16,13	0,01			
			Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03			
			Összesen:	5 405,87	1 293,28	25,61	45,30	11,35	192,63	18,71	5,35			





2025. 06. 17. kedd (00521) Tej-tojás-gabonamentes 7-14 év												
T	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			
	TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00			
	E Zöldségleves sulí*G.M.	389,40	93,16	1,79	4,15	0,46	11,35	0,04	1,35			
	Fokhagymás aprópecsenye I*	1 257,90	300,93	14,14	26,55	7,66	0,98	0,00	1,12			
	Lencsefőzelék I* G.T.M.	1 548,81	370,53	21,68	7,14	0,63	54,32	3,51	1,00			
	Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32			
	U Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00			
	Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03			
Összesen:		6 179,64	1 472,51	45,66	62,74	18,22	178,51	22,77	5,40			
2025. 06. 18. szerda (00521) Tej-tojás-gabonamentes 7-14 év												
T	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			
	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			
E	Paradicsom leves sulí*G.M.	707,23	169,19	2,56	6,05	0,66	25,77	8,00	1,22			
	Tavaszi rizseshús (pulyka)I*TM	1 885,80	451,15	23,57	15,38	3,39	53,95	0,00	1,81			





2025. 06. 19. csütörtök	2025. 06. 18. (00521) Tej-tojás- gabonamentes	E	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08		
		U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
			Összesen:	5 100,90	1 220,31	33,29	55,92	20,54	146,08	11,34	4,81		
		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		
			Kápia paprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
		E	Erdei gyümölcsleves I*	407,31	97,44	0,66	0,31	0,01	22,65	9,69	0,01		
			Borsos tokány (lapocka) I*	1 332,54	318,79	14,79	26,61	7,66	4,64	0,00	0,93		
			Tészta köret penne I* G.M.	1 032,56	247,02	1,28	0,79	0,03	58,40	0,00	0,29		
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		U	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		
			Összesen:	5 828,41	1 394,36	27,15	69,23	20,06	163,02	12,50	4,20		





2025. 06. 20. péntek (00521) Tej-tojás-gabonamentes 7-14 év	T	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		
		Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
	E	Fejtett bableves I* G.M.	907,39	217,08	8,47	7,04	0,82	29,13	0,04	1,08		
		Gluténmentes kakaós csiga 100g	2 265,56	542,00	2,60	20,00	8,60	88,00	13,60	0,08		
	U	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08		
		Abonett 100g	723,14	173,00	7,50	1,65	0,30	30,00	0,55	0,41		
		Összesen:	5 751,28	1 375,90	25,75	47,31	16,42	208,22	14,19	3,22		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

