



Tételes étlap 2026.09.07. - 2026.09.13.

	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. 09. 07. 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		
			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		
			Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
		U	Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96		
			Gyümölcsle 0,2- es 100%	192,28	46,00	0,00	0,00	0,00	11,00	10,00	0,00		
			Összesen:	2 115,48	506,09	4,39	19,92	6,28	76,41	19,27	2,46		
2026. 09. 08. 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		
			Fekete áfonya dzsem	203,11	48,59	0,05	0,00	0,00	11,94	11,94	0,00		
			Kenyér gluténmentes	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52		
		U	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		
			Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
			Összesen:	1 778,53	425,48	1,58	18,16	6,86	63,57	20,21	1,98		





2026. 09. 09. 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			
	Szendvicskrém, vegán (diétás)	204,82	49,00	0,20	4,80	4,20	1,28	0,00	0,28			
	Puffasztott rizs	645,39	154,40	3,28	0,84	0,20	32,96	0,72	0,00			
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00			
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
	Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32			
	Összesen:	1 752,84	419,34	10,82	7,46	4,66	74,69	9,37	0,74			
2026. 09. 10. 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			
	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			
	Kenyér gluténmentes	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52			
U	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			
	Kenyér gluténmentes	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52			





2026. 09. 10	(	00706	U	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
				Összesen:	1 967,78	470,75	4,18	30,62	10,79	44,32	8,33	2,32		
2026. 09. 11. péntek	Tej-glutén-om.-citr.-marham 4-6 év (00706)	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		
				Kenyér gluténmentes	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52		
		U		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		
				Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03		
				Összesen:	1 708,02	408,62	5,65	13,76	3,70	65,10	24,40	2,14		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

