



Tételes étlap 2026.09.14. - 2026.09.20.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 09. 14. hétfő	(00537) Laktóz,glutén,tojás,parad.15-18év	R	Kókuszital	2 472,00	0,00	6,06	63,99	56,75	8,43	0,00	0,10		
			Citromos tea isk	342,82	82,01	0,09	0,02	0,00	20,14	19,98	0,00		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
			Sajt helyettesítő, szeletelt (	366,17	87,60	0,15	6,90	4,80	6,30	0,00	0,60		
			Paprikás szalámi	595,65	142,50	4,50	10,40	5,33	0,25	0,00	1,00		
			Bagett gluténmentes 60g	978,12	234,00	0,84	4,68	1,20	47,06	0,00	1,56		
			TV paprika	32,76	0,00	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
		T	Gesztenye Marci	1 245,64	298,00	3,80	10,50	9,30	46,70	29,00	0,02		
		U	Őszibarack	242,89	58,11	1,20	1,50	0,00	9,00	0,00	0,01		
				Összesen:	6 807,27	1 029,31	17,16	112,11	81,18	139,16	49,06	3,49	





2026. 09. 15. kedd (00537) Laktóz,glutén,tojás,parad.15-18év											
R	Kókuszital	2 472,00	0,00	6,06	63,99	56,75	8,43	0,00	0,10		
	Citromos tea isk	342,82	82,01	0,09	0,02	0,00	20,14	19,98	0,00		
	Harcspástétom 50g	698,06	167,00	0,00	15,20	2,05	2,95	0,10	0,65		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
	Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
	Bagett gluténmentes 60g	978,12	234,00	0,84	4,68	1,20	47,06	0,00	1,56		
	Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01		
	T Keksz, gluténm., cukorm. (gull	959,31	229,50	9,50	8,00	0,75	37,50	10,50	0,22		
U	Ananász	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Összesen:	6 291,65	913,79	17,01	105,97	64,57	133,96	46,86	2,74		
2026. 09. 16. szerda (00537) Laktóz,glutén,tojás,parad.15-18év											
R	Kókuszital	2 472,00	0,00	6,06	63,99	56,75	8,43	0,00	0,10		
	Főtt tojás K*	552,38	132,14	10,80	9,60	2,48	0,48	0,48	0,28		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
	Ínyenc sonka	170,80	40,86	6,56	0,96	0,36	1,40	0,00	0,88		
	Kenyér gluténmentes	727,32	174,00	0,60	1,70	0,50	39,00	0,00	1,30		
	Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00		
T	Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01		
U	Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11		





2026. 09. 16. szerda (00537)	Laktóz, glutén, tojás, parad.	V	Téliszalámi	1 080,53	258,50	11,50	23,50	9,50	0,25	0,00	2,25		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	1 328,04	317,71	0,10	35,00	9,50	0,20	0,20	0,50		
			Bagett gluténmentes 60g	1 467,18	351,00	1,26	7,02	1,80	70,59	0,00	2,34		
			Fejes saláta (kg)	27,63	6,61	0,56	0,12	0,00	0,80	0,00	0,02		
			Gyümölcslé 0,2- es 100%	192,28	46,00	0,00	0,00	0,00	11,00	10,00	0,00		
			Összesen:	9 738,18	1 738,31	41,38	156,51	84,70	195,79	10,76	7,99		
2026. 09. 17. csütörtök (00537)	Laktóz, glutén, tojás, parad. 15-18 év	R	Kókuszital	2 472,00	0,00	6,06	63,99	56,75	8,43	0,00	0,10		
			Párizsi sertés	392,92	94,00	4,00	8,44	2,88	0,88	0,20	0,80		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
			Bagett gluténmentes 60g	978,12	234,00	0,84	4,68	1,20	47,06	0,00	1,56		
			TV paprika	32,76	0,00	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
		T	Szilva	503,31	120,41	1,40	0,34	0,00	26,20	0,00	0,02		
		U	Szőlő	674,07	161,26	1,20	0,60	0,00	36,20	0,00	0,01		
		V	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
			Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	16,13	0,01		
			Bagett gluténmentes 60g	1 467,18	351,00	1,26	7,02	1,80	70,59	0,00	2,34		
			Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		





2026. 09. 17	(00537	V	Ásványvíz 0,5l-es *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Összesen:	8 034,93	1 323,01	16,83	115,83	77,26	212,05	19,52	5,15	
2026. 09. 18. péntek	(00537) Laktóz,glutén,tojás,parad.15-18év	R	Kókuszital	2 472,00	0,00	6,06	63,99	56,75	8,43	0,00	0,10	
			Citromos tea isk	342,82	82,01	0,09	0,02	0,00	20,14	19,98	0,00	
			Szendvicskrém, vegán (diétás)	204,82	49,00	0,20	4,80	4,20	1,28	0,00	0,28	
			Téliszalámi	540,27	129,25	5,75	11,75	4,75	0,13	0,00	1,13	
			Kenyér gluténmentes	727,32	174,00	0,60	1,70	0,50	39,00	0,00	1,30	
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
		T	Sós pálcika gluténmentes	724,18	173,25	0,90	4,50	0,32	31,50	3,24	1,67	
		U	Keksz, gluténm., cukorm. (gull	959,31	229,50	9,50	8,00	0,75	37,50	10,50	0,22	
			Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02	
		V	Kenyér gluténmentes	727,32	174,00	0,60	1,70	0,50	39,00	0,00	1,30	
			Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20	
			Összesen:	7 548,23	1 214,41	24,94	111,32	71,58	192,20	33,80	6,23	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

