



Tételes étlap 2026.09.28. - 2026.10.04.

	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. 28. hétfő	(00537) Laktóz, glutén, tojás, parad. 15-18 év	R	Tea Instant I*	191,55	45,83	0,93	0,05	0,01	10,33	10,29	0,16		
			EUROFOOD baromfikrém csirkemáj	420,50	100,60	6,73	6,55	1,95	3,28	0,00	0,48		
			Kenyér gluténmentes	727,32	174,00	0,60	1,70	0,50	39,00	0,00	1,30		
			Uborka(kígyó)	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
		T	Almás fahéjas rétes*diéta	1 266,54	303,00	6,50	15,00	12,00	32,00	18,00	0,52		
		U	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
			Összesen:	2 916,40	697,71	15,96	24,14	14,46	99,29	28,29	2,49		
2026. 09. 29. kedd	(00537) Laktóz, glutén, tojás, parad. 15-18 év	R	Tea Instant I*	191,55	45,83	0,93	0,05	0,01	10,33	10,29	0,16		
			Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
			Zala felvágott	364,50	87,20	5,20	7,20	2,96	0,44	0,00	0,88		
			Sajt helyettesítő, szeletelt (	488,22	116,80	0,20	9,20	6,40	8,40	0,00	0,80		
			Bagett gluténmentes 60g	978,12	234,00	0,84	4,68	1,20	47,06	0,00	1,56		
			Jégcsap retek	24,36	5,83	0,48	0,04	0,00	0,88	0,00	0,06		
		T	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		







2026. 10. 01. csütörtök	(00537) Laktóz,glutén,tojás,parad.15-18év	R	Bagett gluténmentes 60g	978,12	234,00	0,84	4,68	1,20	47,06	0,00	1,56		
			Póréhagyma	61,66	14,75	0,88	0,12	0,00	2,52	0,00	0,01		
		T	Kakaós ostyaszelet laktóz-cu	1 036,64	248,00	1,75	14,50	12,50	31,00	1,20	0,29		
		U	Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11		
		V	Paprikás szalámi	1 429,56	342,00	10,80	24,96	12,78	0,60	0,00	2,40		
			Sajt helyettesítő, szeletelt (	732,34	175,20	0,30	13,80	9,60	12,60	0,00	1,20		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	1 593,65	381,26	0,12	42,00	11,40	0,24	0,24	0,60		
			Bagett gluténmentes 60g	1 467,18	351,00	1,26	7,02	1,80	70,59	0,00	2,34		
			TV paprika	40,95	0,00	0,60	0,15	0,00	1,50	0,00	0,00		
			Ásványvíz 0,5l-es *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Összesen:	9 303,46	2 215,92	24,98	128,93	55,12	224,92	11,73	8,67		





2026. 10. 02. péntek (00537) Laktóz, glutén, tojás, parad. 15-18 év	R	Tea Instant I*	191,55	45,83	0,93	0,05	0,01	10,33	10,29	0,16	 	
		Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
		Sajt helyettesítő, szeletelt (	488,22	116,80	0,20	9,20	6,40	8,40	0,00	0,80	 	
		Kenyér gluténmentes	727,32	174,00	0,60	1,70	0,50	39,00	0,00	1,30		
		TV paprika	32,76	0,00	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
	T	Narancs	346,22	82,83	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01		
	U	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
		Sós pálcika gluténmentes	724,18	173,25	0,90	4,50	0,32	31,50	3,24	1,67		
	V	Glutén mentes kenyér	1 441,00	344,74	2,00	0,50	0,05	81,70	5,00	0,06		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
		Összesen:	5 304,52	1 261,21	7,19	45,27	14,88	203,29	18,69	4,42		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

