



Tételes étlap 2026.10.05. - 2026.10.11.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 10. 05. hétfő (00537) Laktóz,glutén,tojás,parad.15-18év	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		
			Csirkemell sonka	140,45	33,60	7,40	0,32	0,08	0,32	0,00	1,04		
			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		Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
	U		Sütőtök (sült)*K	975,24	233,31	4,50	1,80	0,00	49,50	0,00	0,05		
			Összesen:	2 533,99	606,22	14,63	9,71	1,49	113,83	10,29	2,58		
2026. 10. 06. kedd (00537) Laktóz,glutén,tojás,parad.15-18év	R		Gyümölcsös tea* K	340,89	81,55	0,02	0,01	0,00	20,14	19,98	0,00		
			Paprikás szalámi	595,65	142,50	4,50	10,40	5,33	0,25	0,00	1,00		
			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		
			Póréhagyma	61,66	14,75	0,88	0,12	0,00	2,52	0,00	0,01		
	T		Szilva	503,31	120,41	1,40	0,34	0,00	26,20	0,00	0,02		
	U		Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01		
			Összesen:	3 343,12	799,79	8,28	30,00	10,33	114,25	20,06	2,80		





2026. 10. 07. szerda (00537) Laktóz, glutén, tojás, parad. 15-18 év												
R	Tej 3dl isk	605,68	144,90	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40			
	Fekete áfonya dzsem	406,21	97,18	0,11	0,00	0,00	23,88	23,88	0,01			
	Párizsi sertés	392,92	94,00	4,00	8,44	2,88	0,88	0,20	0,80			
	Kenyér gluténmentes	727,32	174,00	0,60	1,70	0,50	39,00	0,00	1,30			
	T Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11			
	U Mákos puszedli*diéta	619,48	148,20	4,20	4,86	0,30	20,40	11,40	0,53			
Összesen:		3 629,15	868,22	21,71	19,70	6,12	148,46	35,48	3,15			
2026. 10. 08. csütörtök (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			
	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			
	Jégcsap retek	24,36	5,83	0,48	0,04	0,00	0,88	0,00	0,06			





2026. 10. 08. csütörtök (00537) Laktóz,glutén,tojás,parad.15-18év	T	Gesztenye Marci	1 245,64	298,00	3,80	10,50	9,30	46,70	29,00	0,02		
	U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
	V	EUROFOOD kacsamáj krém 50g	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		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		
		Gyümölcsle 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
		Sós pálcika gluténmentes	724,18	173,25	0,90	4,50	0,32	31,50	3,24	1,67		
		Összesen:	5 547,81	1 319,40	10,22	47,43	28,56	215,75	45,64	5,68		
2026. 10. 09. péntek (00537) Laktóz,glutén,tojás,parad.15-18év	R	Tea Instant I*	191,55	45,83	0,93	0,05	0,01	10,33	10,29	0,16	 	
		Téliszalámi	540,27	129,25	5,75	11,75	4,75	0,13	0,00	1,13		
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
		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	Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01		
		Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
	U	Szilva	503,31	120,41	1,40	0,34	0,00	26,20	0,00	0,02		
	V	Kenyér gluténmentes	727,32	174,00	0,60	1,70	0,50	39,00	0,00	1,30		





2026. 10. 09.	(00537)	V	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
			Összesen:	4 901,47	1 164,77	11,39	42,39	12,84	183,70	11,62	5,58		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

