Tételes étlap 2026.10.12. - 2026.10.18.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 10. 12. 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		
			Szendvicskrém, vegán (diétás)	153,62	36,75	0,15	3,60	3,15	0,96	0,00	0,21		
			Sajt helyettesítő, szeletelt (	244,11	58,40	0,10	4,60	3,20	4,20	0,00	0,40		
			Kenyér gluténmentes	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52		
			Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
		U	Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96		
			Gyümölcslé 0,2- es 100%	192,28	46,00	0,00	0,00	0,00	11,00	10,00	0,00		
			Összesen:	1 760,22	421,10	2,03	12,42	7,91	74,57	19,21	2,22		
2026. 10. 13. kedd	(00706) Tej-glutén-om.-citr.-marham 4-6 év	**T**	Vaniliás tej 2 dl ovi*TM	553,05	132,31	0,74	1,93	0,24	27,94	14,99	0,00		
			Sonkás szelet, sertés	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
			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	EUROFOOD kacsamáj krém 50g	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
			Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
			Összesen:	1 816,36	434,53	3,91	16,03	4,11	68,43	15,15	2,04		

2026. 10. 14. szerda	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		
			Méz	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
			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	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	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:	2 199,68	526,23	3,54	28,28	7,95	64,13	24,63	2,13		
2026. 10. 15. csütörtök	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		
			Főtt tojás ovi*	110,48	26,43	2,16	1,92	0,50	0,10	0,10	0,06		
			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		

2026. 10. 15. csütörtök	(00706) Tej-glutén-om.-citr.-marham 4-6 év	**T**	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00	
		U	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	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	
			Összesen:	2 062,46	493,40	5,82	30,26	8,46	49,24	8,53	2,19	
2026. 10. 16. péntek	(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	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
			Sós pálcika gluténmentes	724,18	173,25	0,90	4,50	0,32	31,50	3,24	1,67	
			Összesen:	1 894,09	453,13	4,91	19,72	4,86	62,62	11,51	2,92	

. . . . . .
Élelmezési osztályvezető

. . . . . .
Vezető dietetikus

. . . . . .
Gazdaságvezető