Tételes étlap 2026.11.02. - 2026.11.08.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 11. 02. hétfő	Tej-tojás-szójamentes 1-3 év (00472)	**R**	Kókuszital	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
			Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,04	0,10		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		T	Szilva	251,66	60,21	0,70	0,17	0,00	13,10	0,00	0,01		
		E	Sertés sült bölcsi	416,59	99,66	8,49	6,96	1,58	0,65	0,00	0,48		
			Sütőtökfőzelék bölcsi*TM	1 308,85	313,12	5,21	11,09	1,20	47,43	4,00	0,03		
		U	EUROFOOD baromfikrém csirkemáj	210,25	50,30	3,37	3,28	0,98	1,64	0,00	0,24		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Retek - piros	1,22	0,29	0,02	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00		
			Összesen:	5 340,28	981,88	35,34	66,34	35,93	136,10	7,82	2,85		

2026. 11. 03. kedd	Tej-tojás-szójamentes 1-3 év (00472)											
		R	Csipkebogyótea bölcsi	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00	
			Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40	
			Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,04	0,10	
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	
			Újhagyma	1,08	0,26	0,01	0,00	0,00	0,06	0,00	0,00	
		T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08	
		E	Pulyka aprópecsenye B.T.M.	498,34	115,93	10,64	7,60	1,88	1,93	0,00	1,11	
			Finomfőzelék B*TM	901,35	215,63	7,08	11,76	5,22	19,87	0,00	0,46	
		U	Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,00	0,44	
			Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06	
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	
			Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01	
			Összesen:	4 366,21	1 041,25	37,16	38,49	13,08	132,99	8,82	4,20	

2026. 11. 04. szerda	Tej-tojás-szójamentes 1-3 év (00472)	**R**	Zabital csokoládé 200 ml	401,28	96,00	4,40	3,20	0,60	11,80	9,00	0,42	
			Szendvicskrém, vegán (diétás)	153,62	36,75	0,15	3,60	3,15	0,96	0,00	0,21	
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	
		T	Sütőtök	325,08	77,77	1,50	0,60	0,00	16,50	0,00	0,02	
		E	Csirke raguleves B TM.	350,91	83,95	9,23	3,39	0,42	3,94	0,00	1,09	
			Tejberizs B* T.M.	1 023,40	244,83	3,78	3,17	0,75	49,44	19,99	0,11	
		U	Sonkakrém házi bölcsi T.M.	232,06	55,52	3,73	4,38	1,18	0,26	0,02	0,59	
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	
			Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04	
			Összesen:	3 958,26	946,95	35,65	19,99	6,56	152,10	32,69	4,02	
2026. 11. 05. csütörtök	Tej-tojás-szójamentes 1-3 év (00472)	**R**	Kókuszital	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05	
			Padlizsánkrém*TM	20,33	4,86	0,22	0,05	0,00	0,87	0,00	0,60	
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	
		T	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01	
		E	Lecsós csirketokány bölcsi	525,07	125,61	12,64	7,66	0,94	1,38	0,00	0,59	
			Tészta kör. szarvacska B*GM	599,61	143,45	0,64	2,60	0,26	29,20	0,00	0,20	
		U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	

2026. 11. 05	(00472)	U	Gluténmentes ostya (kg)	525,43	125,70	0,45	2,58	1,01	25,02	0,75	0,72	
			Összesen:	4 000,18	661,28	24,03	46,40	30,81	113,96	2,59	2,95	
2026. 11. 06. péntek	Tej-tojás-szójamentes 1-3 év (00472)	R	Kókuszital	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05	
			Harcsapástétom 50g	349,03	83,50	0,00	7,60	1,03	1,48	0,05	0,33	
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	
		T	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01	
		E	Sertés pörkölt bölcsi	476,62	114,02	8,91	8,07	1,68	1,74	0,17	0,64	
			Kelkáposzta főzelék bölcsi	590,64	141,30	6,20	3,31	0,37	21,31	0,00	0,60	
		U	Sonkás szelet, sertés	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56	
			Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,04	0,10	
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	
			Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00	
			Összesen:	4 704,48	829,77	33,60	60,55	34,04	112,00	4,04	3,83	

. . . . . .
Élelmezési osztályvezető

. . . . . .
Vezető dietetikus

. . . . . .
Gazdaságvezető