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	(00537) Laktóz,glutén,tojás,parad.15-18év	**R**	Citromos tea*K	342,82	82,01	0,09	0,02	0,00	20,14	19,98	0,00		
			Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
			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		
			Uborka(kígyó)	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
		T	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
		U	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
			Összesen:	2 613,87	625,32	3,66	22,18	12,03	103,36	39,29	1,70		
2026. 11. 03. kedd	(00537) Laktóz,glutén,tojás,parad.15-18év	**R**	Citromos tea*K	342,82	82,01	0,09	0,02	0,00	20,14	19,98	0,00		
			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		
			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		
			Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00		
		T	Sós pálcika gluténmentes	724,18	173,25	0,90	4,50	0,32	31,50	3,24	1,67		

2026. 11. 03	(00537)	U	Mandarin	293,97	70,33	1,05	0,45	0,00	14,70	0,00	0,00	
			Összesen:	2 957,50	707,53	10,64	21,31	8,21	116,47	23,22	4,81	
2026. 11. 04. szerda	(00537) Laktóz,glutén,tojás,parad.15-18év	R	Citromos tea*K	342,82	82,01	0,09	0,02	0,00	20,14	19,98	0,00	
			Harcsapástétom 50g	698,06	167,00	0,00	15,20	2,05	2,95	0,10	0,65	
			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	Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11	
		U	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02	
			Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96	
			Összesen:	3 912,30	935,96	5,41	24,38	4,59	166,79	21,08	3,36	
2026. 11. 05. csütörtök	(00537) Laktóz,glutén,tojás,parad.15-18év	R	Citromos tea*K	342,82	82,01	0,09	0,02	0,00	20,14	19,98	0,00	
			Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
			Párizsi sertés	392,92	94,00	4,00	8,44	2,88	0,88	0,20	0,80	
			Glutén mentes kenyér	1 441,00	344,74	2,00	0,50	0,05	81,70	5,00	0,06	
			TV paprika	32,76	0,00	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
		T	Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01	
		U	Vegán desszert (vaníliás) 125g	465,02	111,25	4,00	2,25	0,38	18,38	13,75	0,18	
		V	EUROFOOD baromfikrém csirkemáj	420,50	100,60	6,73	6,55	1,95	3,28	0,00	0,48	

2026. 11. 05. csütörtök	(00537) Laktóz,glutén,tojás,parad.15-18év	**V**	Bagett gluténmentes 60g	978,12	234,00	0,84	4,68	1,20	47,06	0,00	1,56	
			Paradicsom	45,78	10,95	0,50	0,10	0,02	2,00	0,00	0,01	
			Ásványvíz 0,5l-es *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Gesztenye Marci	1 245,64	298,00	3,80	10,50	9,30	46,70	29,00	0,02	
			Összesen:	5 813,16	1 382,87	23,34	38,46	16,68	234,09	67,93	3,12	
2026. 11. 06. péntek	(00537) Laktóz,glutén,tojás,parad.15-18év	**R**	Citromos tea*K	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	
			Csemege szalámi	516,39	123,54	4,90	11,45	4,03	0,08	0,00	0,00	
			Bagett gluténmentes 60g	978,12	234,00	0,84	4,68	1,20	47,06	0,00	1,56	
			Kápia paprika	32,76	7,84	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	
		U	Almás fahéjas rétes*diéta	1 266,54	303,00	6,50	15,00	12,00	32,00	18,00	0,52	
		V	Glutén mentes kenyér	1 441,00	344,74	2,00	0,50	0,05	81,70	5,00	0,06	
			Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
			Összesen:	5 303,66	1 268,82	15,61	42,02	22,38	201,46	42,98	2,43	

. . . . . .
Élelmezési osztályvezető

. . . . . .
Vezető dietetikus

. . . . . .
Gazdaságvezető