Tételes étlap 2026.11.09. - 2026.11.15.

	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. 09. hétfő	(00706) Tej-glutén-om.-citr.-marham 4-6 év	**T**	Tea Instant O*	176,65	42,26	0,05	0,05	0,01	10,33	10,20	0,02		
			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	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:	2 132,17	510,08	5,37	31,89	9,43	50,24	10,42	2,46		
2026. 11. 10. kedd	(00706) Tej-glutén-om.-citr.-marham 4-6 év	**T**	Tea Instant O*	176,65	42,26	0,05	0,05	0,01	10,33	10,20	0,02		
			Gluténmentes kakaós csiga 100g	1 132,78	271,00	1,30	10,00	4,30	44,00	6,80	0,04		
		U	Sajt helyettesítő, szeletelt (	244,11	58,40	0,10	4,60	3,20	4,20	0,00	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		
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
			Összesen:	2 252,71	538,92	1,92	25,85	10,56	74,53	17,06	1,14		

2026. 11. 11. szerda	(00706) Tej-glutén-om.-citr.-marham 4-6 év	**T**	Tea Instant O*	176,65	42,26	0,05	0,05	0,01	10,33	10,20	0,02	
			Bécsi felvágott	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	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	
			TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
		U	Kacsazsír	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Kenyér gluténmentes	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52	
			Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00	
			Összesen:	1 206,39	284,69	1,04	11,99	3,26	43,85	10,26	1,21	
2026. 11. 12. csütörtök	(00706) Tej-glutén-om.-citr.-marham 4-6 év	**T**	Tea Instant O*	176,65	42,26	0,05	0,05	0,01	10,33	10,20	0,02	
			EUROFOOD baromfikrém csirkemáj	210,25	50,30	3,37	3,28	0,98	1,64	0,00	0,24	
			Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78	
		U	Mustáros tojáskrém O*TM	239,09	57,20	2,24	5,14	1,35	0,43	0,11	0,41	

2026. 11. 12.	(00706) Tej-glutén-	U	Glutén mentes kenyér	576,40	137,89	0,80	0,20	0,02	32,68	2,00	0,03		
			Sárgarépa friss	33,63	8,04	0,24	0,04	0,01	1,62	0,00	0,06		
			Összesen:	1 725,08	412,69	7,12	11,05	2,97	70,23	12,31	1,54		
2026. 11. 13. péntek	(00706) Tej-glutén-om.-citr.-marham 4-6 év	T	Tea Instant O*	176,65	42,26	0,05	0,05	0,01	10,33	10,20	0,02		
			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	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
			Abonett 100g	433,88	103,80	4,50	0,99	0,18	18,00	0,33	0,24		
			Összesen:	2 093,37	500,80	6,35	23,86	13,17	65,47	29,90	1,04		

....Rados Diána..... .....

Élelmezési osztályvezető Vezető dietetikus Gazdaságvezető