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	(00491) Tej-tojás-gluténmentes 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	Csemege szalámi	309,83	74,12	2,94	6,87	2,42	0,05	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		
			Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
			Összesen:	2 245,54	537,20	6,31	34,54	10,41	49,85	10,32	2,06		
2026. 11. 10. kedd	(00491) Tej-tojás-gluténmentes 4-6 év	**T**	Kókuszital	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07		
			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:	3 724,06	496,66	5,91	68,46	48,38	69,82	6,86	1,19		

2026. 11. 11. szerda	(00491) Tej-tojás-gluténmentes 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	(00491) Tej-tojás-gluténmentes 4-6 év	**T**	Karamellás tej O* T.M.	517,13	123,72	0,72	1,91	0,24	25,77	17,98	0,00	
			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	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	

2026. 11. 12.	(00491) Tej-tojás-gluténmentes	**U**	Kenyér gluténmentes	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52		
			Sárgarépa friss	33,63	8,04	0,24	0,04	0,01	1,62	0,00	0,06		
			Összesen:	2 012,14	481,37	7,26	19,31	5,10	69,08	18,14	2,31		
2026. 11. 13. péntek	(00491) Tej-tojás-gluténmentes 4-6 év	**T**	Kakaó ovi *TM	582,50	139,35	1,77	2,66	0,58	26,23	17,98	0,12		
			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:	2 499,22	597,89	8,07	26,47	13,74	81,37	37,68	1,14		

.....	.....Rados Diána.....	.....
Élelmezési osztályvezető	Vezető dietetikus	Gazdaságvezető