



Tételes étlap 2025.12.01. - 2025.12.07.														
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhid rát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2025. 12. 01. hétfő	(00497)	Glutén,tejt,tojás,halmentes 4-6 év	T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
				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		
				Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
			U	Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96		
				Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
				Összesen:	2 505,22	599,33	4,28	19,90	6,27	100,68	19,04	2,33		
2025. 12. 02. kedd	(00497)	Glutén,tejt,tojás,halmentes 4-6 év	T	Tejeskávé ovi T.M.	435,98	104,30	0,74	1,91	0,24	20,93	12,99	0,00		
				Csokis párna*diéta	1 105,82	264,55	5,66	12,35	7,80	29,25	15,60	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		
				Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
				Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
				Összesen:	2 651,53	634,33	9,05	31,38	12,94	75,42	28,75	1,33		





2025. 12. 03. szerda (00497)		Glutén,tejt,tojás,halmentes 4-6 év											
T	Kókuszital	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05				
	Sonkaszalámi	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				
	Glutén mentes kenyér	576,40	137,89	0,80	0,20	0,02	32,68	2,00	0,03				
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01				
	Puffasztott rizs	484,04	115,80	2,46	0,63	0,15	24,72	0,54	0,00				
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01				
	Összesen:	2 922,82	403,54	9,16	44,31	31,61	69,88	2,70	0,81				
2025. 12. 04. csütörtök (00497)		Glutén,tejt,tojás,halmentes 4-6 év											
T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00				
	Barackíz	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	14,26	0,00				
	Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78				
U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11				
	Összesen:	1 558,93	372,94	2,06	14,00	10,53	61,18	35,35	0,89				





2025. 12. 05. péntek (00497) Glutén,tej,tojás,halmentes 4-6 év	T	Kókuszital	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07		
		Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,00	0,52	  	
		Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
		Glutén mentes kenyér	576,40	137,89	0,80	0,20	0,02	32,68	2,00	0,03		
		Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03		
	U	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		
		Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
		Összesen:	3 794,83	513,59	12,04	70,00	45,67	63,71	2,12	2,17		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

