



Tételes étlap 2025.12.15. - 2025.12.21.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 12. 15. hétfő	(00470) Gluténmentes 7-10 év	T	EUROFOUD májkrém sertés 50 gr	689,70	165,00	4,45	16,10	6,10	0,60	0,00	0,75		
			Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03		
		U	Szel.Trap.sajt, zsíros	466,33	111,56	8,31	8,43	5,36	0,48	0,00	0,73		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
			Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03		
			Összesen:	3 128,25	748,39	14,80	39,03	15,32	82,86	5,08	1,74		
2025. 12. 16. kedd	(00470) Gluténmentes 7-10 év	T	Zala felvágott	273,37	65,40	3,90	5,40	2,22	0,33	0,00	0,66		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
			Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
			Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
		U	Sonkaszalámi	109,10	26,10	3,36	0,84	0,33	1,29	0,15	0,84		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
			Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03		
			Összesen:	2 669,21	638,58	9,06	36,86	10,78	66,67	2,81	2,72		





2025. 12. 17. szerda (00470)	Gluténmentes 7-10 év	T	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
			Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03		
			Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00		
		U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
			Összesen:	1 810,42	433,12	2,79	25,98	13,77	48,02	5,69	0,34		
2025. 12. 18. csütörtök (00470)	Gluténmentes 7-10 év	T	Szendvicskrém, vegán (diétás)	204,82	49,00	0,20	4,80	4,20	1,28	0,00	0,28		
			Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03		
			TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
		U	Csemege szalámi	413,11	98,83	3,92	9,16	3,22	0,06	0,00	0,00		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
			Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
			Összesen:	2 383,28	564,29	5,94	30,64	11,85	66,70	2,58	1,29		
2025. 12. 19. péntek (00470)	Gluténmentes 7-10 év	T	Pulykamell sonka	135,43	32,40	3,60	1,50	0,48	0,78	0,39	0,66		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
			Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03		
			Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
		U	Olasz felvágott	355,00	84,93	2,56	4,70	3,20	0,20	0,00	0,32		





2025. 12. 19.	(00470)	Gluténmentes	U	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
				Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03		
				Összesen:	3 012,14	720,62	8,60	34,73	11,34	83,50	5,55	1,48		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

