



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	(00539) Tej-tojás-gluténmentes 7-14	T	EUROFOUD májkrém sertés 50 gr	1 379,40	330,00	8,90	32,20	12,20	1,20	0,00	1,50		
			Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
		U	Sajt helyettesítő, szeletelt (	366,17	87,60	0,15	6,90	4,80	6,30	0,00	0,60		
			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:	3 486,35	834,06	10,51	55,69	21,43	71,96	2,58	3,11		
		2025. 12. 16. kedd	(00539) Tej-tojás-gluténmentes 7-14	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		Tej-tojás-gluténmentes 7-14											
(00539)													
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		Tej-tojás-gluténmentes 7-14											
(00539)													
T	Szendvicskrém, vegán (diétás)	204,82	49,00	0,20	4,80	4,20	1,28	0,00	0,28				
	Puffasztott rizs	806,74	193,00	4,10	1,05	0,25	41,20	0,90	0,00				
	TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00				
U	Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,00	0,90				
	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:	2 488,62	589,49	9,72	31,68	12,65	67,09	0,98	2,16				





2025. 12. 19. péntek	(00539) Tej-tojás-gluténmentes 7-14	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		
			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

