



Tételes étlap 2025.12.15. - 2025.12.21.														
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2025. 12. 15. hétfő (00706)	Tej-glutén-om.-citr.-marham 4-6 év	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13			
			EUROFOUD májkrém sertés 50 gr	689,70	165,00	4,45	16,10	6,10	0,60	0,00	0,75			
			Glutén mentes kenyér	576,40	137,89	0,80	0,20	0,02	32,68	2,00	0,03			
		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			
			Glutén mentes kenyér	576,40	137,89	0,80	0,20	0,02	32,68	2,00	0,03			
		Összesen:	2 637,93	631,07	6,92	31,64	12,20	78,46	12,27	1,49				
2025. 12. 16. kedd (00706)	Tej-glutén-om.-citr.-marham 4-6 év	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13			
			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			
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01			
		U	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			





2025. 12. 16	(00706)	U	Glutén mentes kenyér	576,40	137,89	0,80	0,20	0,02	32,68	2,00	0,03		
			Összesen:	2 280,00	545,44	7,06	27,76	8,03	65,99	10,43	2,25		
2025. 12. 17. szerda	(00706)	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13	 	
			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		
			Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
		U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
			Összesen:	1 673,52	400,35	3,22	22,44	12,82	47,47	13,38	0,42		
2025. 12. 18. csütörtök	(00706)	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13	 	
			Szendvicskrém, vegán (diétás)	204,82	49,00	0,20	4,80	4,20	1,28	0,00	0,28	 	
			Glutén mentes kenyér	576,40	137,89	0,80	0,20	0,02	32,68	2,00	0,03		
			TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
		U	Csemege szalámi	413,11	98,83	3,92	9,16	3,22	0,06	0,00	0,00	   	





2025. 12. 19. péntek	2025. 12. 18.	(00706) Tej-glutén-om.-citr.-marham 4-6 év	U	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:	2 251,09	534,61	6,35	27,10	10,90	66,45	10,27	1,37					
		(00706) Tej-glutén-om.-citr.-marham 4-6 év	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13					
				Pulykamell sonka	90,29	21,60	2,40	1,00	0,32	0,52	0,26	0,44					
				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					
				Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03					
			U	Olasz felvágott	355,00	84,93	2,56	4,70	3,20	0,20	0,00	0,32					
				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					
				Összesen:	2 560,00	612,42	7,60	27,16	9,27	74,88	12,59	1,28					

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

