



Tételes étlap 2026.02.16. - 2026.02.22.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 02. 16. hétfő	(00539) Tej-tojás-gluténmentes 7-14	T	Ínyenc sonka	128,10	30,65	4,92	0,72	0,27	1,05	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		
			Magvas szendvicsalap*diéta	844,36	202,00	6,50	2,20	0,40	32,00	2,00	0,40		
		U	Almás fahéjas rétes*diéta	1 266,54	303,00	6,50	15,00	12,00	32,00	18,00	0,52		
			Összesen:	2 770,22	662,74	17,96	31,92	16,47	65,13	20,08	1,78		
2026. 02. 17. kedd	(00539) Tej-tojás-gluténmentes 7-14	T	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		
			Mediterrán párna*diéta	927,96	222,00	3,70	5,50	1,60	31,00	2,80	0,73		
		U	Puffasztott rizs	806,74	193,00	4,10	1,05	0,25	41,20	0,90	0,00		
			Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
					Összesen:	3 058,81	731,78	8,53	27,45	10,45	103,98	3,78	1,53





2026. 02. 18. szerda (00539) Tej-tojás-gluténmentes 7-14	T	Szendvicskrém, vegán (diétás)	204,82	49,00	0,20	4,80	4,20	1,28	0,00	0,28	 	
		Magvas szendvicsalap*diéta	844,36	202,00	6,50	2,20	0,40	32,00	2,00	0,40		
		TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	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		
		Mediterrán párna*diéta	927,96	222,00	3,70	5,50	1,60	31,00	2,80	0,73		
		Összesen:	2 642,03	626,19	14,16	27,43	10,33	66,55	5,03	2,45		
2026. 02. 19. csütörtök (00539) Tej-tojás-gluténmentes 7-14	T	Párizsi sertés	294,69	70,50	3,00	6,33	2,16	0,66	0,15	0,60		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
		Magvas szendvicsalap*diéta	844,36	202,00	6,50	2,20	0,40	32,00	2,00	0,40		
		Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00		
	U	Csokis párna*diéta	1 105,82	264,55	5,66	12,35	7,80	29,25	15,60	0,00		
		Összesen:	2 814,79	673,40	15,50	34,97	14,17	63,80	17,83	1,20		





2026. 02. 20. péntek (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		
		Mediterrán párna*diéta	927,96	222,00	3,70	5,50	1,60	31,00	2,80	0,73		
		Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
	U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
		Összesen:	2 270,82	543,26	9,45	36,57	17,55	37,35	5,99	1,74		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

