



Tételes étlap 2025.01.13. - 2025.01.19.

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. 01. 13. hétfő (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	T EUROFOOD baromfifrém csirkemáj	210,25	50,30	3,37	3,28	0,98	1,64	0,00	0,24		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
	E Legényfogó leves I*T.M.	588,52	140,80	10,81	6,36	1,44	9,84	0,40	1,13		
	Almás rakott tészta*I GM	2 417,31	578,30	7,00	11,80	1,31	109,40	20,80	0,13		
	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	0,00	0,20		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Összesen:	5 328,31	1 274,72	37,44	37,93	8,32	191,45	22,85	4,12		





2025. 01. 14. kedd (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év											
2025. 01. 15. szerda (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 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	0,00	0,20	
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
		Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00	
	E	Tárkonyos zöldség leves I*T.M.	446,20	106,75	1,97	6,32	0,71	10,20	0,62	1,83	
		Majorannás pulyka apróhús I*	885,94	211,95	16,68	15,07	3,35	2,14	0,00	0,92	
		Lencsefőzelék I*T.M.	1 605,48	384,09	22,79	7,41	0,63	56,08	3,50	1,06	
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
	U	Kókuszgurt (málnás) 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	1,87	0,11	
		Összesen:	5 616,61	1 343,70	59,33	57,65	19,37	144,91	7,88	6,32	
	T	Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
		Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
	E	Kertészleves I* G.M.	439,44	105,13	2,79	5,12	0,57	11,29	0,03	0,86	
		Tarhonyáshús I*	2 215,80	530,10	30,46	19,11	4,08	58,41	0,00	1,09	
		Savanyú káposzta	66,53	15,92	0,88	0,16	0,00	2,72	0,00	0,71	
	U	Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,10	0,90	





2025. 01. 16. csütörtök		2025. 01. 15.										
Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	U (00549) Tej-	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		Összesen:	5 943,56	1 421,92	51,39	63,41	16,51	157,42	17,83	5,50		
	E (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	T	Tojáskrém I*T.M.	306,33	73,28	2,78	6,67	1,76	0,45	0,00	0,44	
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
			Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01	
		E	Paradicsom leves I*	818,49	162,95	3,98	8,12	0,92	26,44	7,99	0,90	
			Natúr Csirkemell suli	956,73	228,88	26,05	10,38	1,31	7,54	0,00	0,98	
			Petrezselymes burg.mir. I*	174,49	41,74	0,11	4,46	0,51	0,24	0,00	1,18	
			Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01	
U	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02			
	Puffasztott rizs	806,74	193,00	4,10	1,05	0,25	41,20	0,30	0,00			
Összesen:	4 354,73	1 008,93	44,77	32,57	4,98	139,15	9,04	4,31				





2025. 01. 17. péntek (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	T	EUROFOOD baromfikrém csirkemáj	210,25	50,30	3,37	3,28	0,98	1,64	0,00	0,24		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	E	Zöldségleves suli*tej-tojás m.	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33		
		Csirke vadas módra I*TM	1 157,97	277,03	23,36	9,45	2,62	24,08	7,98	2,03		
		Bulgur köret I*TM	1 568,57	375,26	11,06	8,62	1,05	68,28	0,00	0,63		
	U	Paprikás szalámi	476,52	114,00	3,60	8,32	4,26	0,20	0,10	0,80		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		Összesen:	5 802,42	1 382,27	56,86	49,45	13,60	174,39	9,58	6,77		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

