



Tételes étlap 2024.01.15. - 2024.01.21.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 01. 15. hétfő (00471) 1-3 év tejmentes	R Fahéjas karamellás tej B. TM	518,66	124,08	0,72	1,91	0,24	25,85	17,98	0,00		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	T Banán	263,26	62,98	0,78	0,06	0,00	14,52	0,00	0,03		
	E Zöldséges bulgur p.hússal *B	1 202,81	287,75	18,33	12,75	5,23	26,34	0,00	0,59	 	
	Céklasaláta, csemege szeletelt	79,61	19,05	0,39	0,03	0,00	4,17	2,40	0,37		
	U Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Paradicsom	27,47	6,57	0,30	0,06	0,01	1,20	0,00	0,00		
	Összesen:	4 149,40	992,67	35,30	30,99	9,96	141,56	21,98	3,29		
2024. 01. 16. kedd (00471) 1-3 év tejmentes	R Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
	Barackíz	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	12,46	0,00		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	T Alma	58,17	13,92	0,16	0,16	0,00	2,80	0,00	0,00		





2024. 01. 16. kedd (00471) 1-3 év tejmentes													
E	Húspogácsa bölcsi	518,41	124,02	12,06	4,83	0,73	7,75	0,15	1,00				
	Tökfőzelék mir. bölcsi T.M.	491,93	117,69	2,68	3,95	0,42	17,53	3,00	0,53				
	U	Húskrém csirke bölcsi T.M.	329,16	78,75	4,17	6,69	1,51	0,38	0,00	0,99			
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
		Savanyú káposzta	24,95	5,97	0,33	0,06	0,00	1,02	0,00	0,27			
Összesen:		4 619,53	809,46	35,05	56,31	33,39	116,54	17,11	4,48				
2024. 01. 17. szerda (00471) 1-3 év tejmentes													
R	Csipkebogyótea bölcsi	87,22	20,87	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00				
	Tojásrántotta bölcsi	346,36	82,86	5,40	6,66	1,45	0,24	0,00	0,14				
	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				
T	Mandarin	97,99	23,44	0,35	0,15	0,00	4,90	0,00	0,00				
E	Sült hal bölcsi 1 év alatti	291,08	69,64	12,85	2,02	0,60	0,00	0,00	0,18				
	Sárgarépa főzelék (friss) B. T.M	612,09	146,43	3,46	4,58	0,53	22,33	2,00	0,91				
U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01				
	Gluténmentes ostya	880,50	210,65	0,00	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20				
Összesen:		3 202,21	766,09	29,07	18,96	4,49	116,03	9,00	3,22				





2024. 01. 18. csütörtök													
2024. 01. 19. péntek													
2024. 01. 18. csütörtök	(00471) 1-3 év tejmentes	R	Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
			EUROFOUD májkrém kféle 50 gr	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		T	Gyümölcslé 100%-os	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00		
		E	Csirke raguleves B TM.	350,91	83,95	9,23	3,39	0,42	3,94	0,00	1,09		
			Aranygaluska bölcsei* T.M.	1 418,49	339,35	9,85	10,76	1,36	50,65	11,92	0,06	 	
			Vaniliasodó bölcsei T.M.	340,69	81,51	0,38	0,96	0,12	17,75	10,49	0,00	 	
		U	Harcapástétom 130g	181,35	43,39	0,00	3,95	0,53	0,77	0,03	0,20		
			Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
			Összesen:	4 831,60	860,20	32,52	52,46	31,15	139,64	23,57	2,56		
2024. 01. 19. péntek	(00471) 1-3 év tejmentes	R	Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
			Tojáskrém B* T.M.	272,72	65,24	2,20	6,14	1,64	0,22	0,00	0,42	 	
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		T	Narancs	155,80	37,27	0,54	0,18	0,00	7,65	0,00	0,01		
		E	Sertés sült bölcsei	416,59	99,66	8,49	6,96	1,58	0,65	0,00	0,48		
			Tört burgonya bölcsei*	470,34	112,52	3,00	0,24	0,03	24,00	0,00	0,26		
			Párolt káposztaB*	220,43	52,73	1,90	1,19	0,14	8,23	1,50	0,04		
		U	Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		





2024. 01. 19. péntek	(00471) 1-3 év trimester	U	Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	13,58	0,01		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
			Alma	87,25	20,87	0,24	0,24	0,00	4,20	0,00	0,01		
			Összesen:	5 823,18	801,70	35,03	80,57	60,59	138,06	16,58	2,87		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

