



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 (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 4-6 év	T Citromos tea ovi	307,05	73,46	0,08	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
	EUROFOUD májkrém kféle 50 gr	0,00	0,00	0,00	0,00	- 0,50	0,00	0,00	0,00		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
	E Legényfogó leves O* T.M.	439,19	105,07	7,64	4,81	1,04	7,63	0,48	0,89		
	Darás metélt Ovi* T.T.M.	1 674,88	400,69	3,41	4,38	0,42	86,40	22,45	0,40	 	
	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	0,00	0,15		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Összesen:	4 364,21	1 044,07	26,10	21,93	4,50	182,40	42,51	3,54		





2024. 01. 16.

kedd

(00549)

Tej-olajosmag-citrusmentes 4-6 év

T	Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	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	0,00	0,15		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
E	Tárkonyos zöldség leves O*T.M.	291,39	69,71	1,33	3,91	0,45	7,13	0,40	1,23		
	Majorannás pulyka apróhús O*	664,45	158,96	12,51	11,30	2,51	1,60	0,00	0,69		
	Lencsefőzelék O* T.M.	1 170,33	279,98	17,05	5,02	0,42	41,31	2,00	0,82		
	Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
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		
	Összesen:	4 732,13	1 132,08	49,25	33,82	7,14	153,64	18,12	5,27		





2024. 01. 17.

szerda

(00549)
Tej-olajosmag-citrusmentes 4-6 év

T	Kókusztej	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07			
	Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,10	0,90			
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	E	Kertészleves O* tojás	278,12	66,54	1,74	3,07	0,34	7,76	0,00	0,83		
		Tarhonyáshús (sertés) O*	1 807,12	432,33	19,50	22,52	6,21	37,38	0,00	1,41		
		Savanyú káposzta	49,90	11,94	0,66	0,12	0,00	2,04	0,00	0,53		
	U	Méz	205,13	49,07	0,06	0,00	0,00	12,15	12,15	0,00		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
Összesen:		6 670,94	1 201,66	43,16	100,39	54,34	133,71	13,75	5,58			





2024. 01. 18.
csütörtök

(00549)

Tej-olajosmag-citrusmentes 4-6 év

T	Citromos tea ovi	307,05	73,46	0,08	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
	Tojáskrém O*T.M.	424,31	101,51	1,51	10,41	2,80	0,32	0,00	0,47		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	E	Paradicsom leves O*	484,85	94,09	2,58	4,16	0,47	16,88	5,00	0,83	
		Reszelt csirkemáj ovi	767,63	183,64	16,61	10,52	2,01	5,39	0,00	0,74	
		Petrezselymes burg. mir. O*	130,87	31,31	0,08	3,35	0,38	0,18	0,00	0,89	
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
	U	Paprikás szalámi	476,52	114,00	3,60	8,32	4,26	0,20	0,10	0,80	
		Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15	
Zsemle		726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
Összesen:		4 598,52	1 078,22	37,59	49,32	13,23	117,02	24,58	5,44		





2024. 01. 19.

péntek

(00549)
Tej-olajosmag-citrusmentes 4-6 év

T	Épres rizstej TM*	349,30	83,56	0,72	1,91	0,24	15,78	7,99	0,00		
	Harcapástétom 130g	272,02	65,08	0,00	5,93	0,80	1,15	0,05	0,29		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Zöldpaprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E	Zöldségleves ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06	
		Édes-savanyú csmell csíkok O*T	555,18	132,82	15,24	5,33	0,68	5,65	2,23	0,69	
		Bulgur köret o*	1 038,29	248,39	7,40	5,46	0,67	45,72	0,01	1,50	
	U	Zala szeletelt 100 g	218,70	52,32	3,12	4,32	1,78	0,26	0,12	0,53	
		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:		4 759,10	1 138,54	41,16	42,53	8,85	146,23	11,90	5,81		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

