



Tételes étlap 2025.01.20. - 2025.01.26.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 01. 20. hétfő (00521) Tej-és tojás- 7-14 év	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	0,00	0,20		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	E Palócleves mir I*T.M.	847,26	202,69	12,81	10,56	2,21	13,68	0,00	1,56		
	Krumplis tészta suli*	2 058,72	492,52	15,00	12,39	1,58	79,81	0,09	2,06		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	U 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		
Összesen:	5 613,90	1 343,04	47,32	48,78	11,19	174,91	1,74	6,22			
2025. 01. 21. kedd (00521) Tej-és tojás- 7-14 év	T 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		
	TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	E Csontleves betéttel isk*L.É.	369,53	88,41	2,39	3,96	0,48	10,68	0,00	1,10		
	Natúr sertés falatok I*	929,15	222,29	17,88	13,99	3,16	5,96	0,00	0,66		
	Paradicsom mártás I*	738,43	144,90	3,25	6,02	0,65	27,14	11,99	1,22		





2025. 01. 21. kedd (00521) Tej-és tojás- 7-14	E	Tört burgonya féladag isi*	393,82	94,22	2,75	0,22	0,02	20,24	0,00	1,19	
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
	U	Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
		Összesen:	5 917,20	1 377,98	49,10	49,03	13,06	184,21	30,54	7,48	
2025. 01. 22. szerda (00521) Tej-és tojás- 7-14 év	T	Zala felvágott	273,37	65,40	3,90	5,40	2,22	0,33	0,15	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	Erdei gyümölcsleves I*	407,31	97,44	0,66	0,31	0,01	22,65	9,15	0,01	
		Csirkés rizibizi I*TM	1 045,88	143,79	21,02	14,06	2,15	9,46	0,00	0,99	
	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:	4 390,44	943,93	41,82	50,32	12,78	104,24	10,95	4,44	





2025. 01. 23. csütörtök		(00521) Tej-és tojás- 7-14 év										
2025. 01. 23. csütörtök	(00521) Tej-és tojás- 7-14 év	T	Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,10	0,90	
			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	
			Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01	
		E	Francia zöldségleves I* D.	385,50	92,23	3,25	5,01	0,54	8,29	0,00	0,85	
			Paprikás sertés kocka I*	1 233,80	295,17	15,46	24,91	7,41	3,68	0,30	1,18	
			Kelkáposzta főzelék I*	914,89	218,87	8,92	6,34	0,70	31,01	0,00	0,94	
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
		U	Abonett 100g	723,14	173,00	7,50	1,65	0,30	30,00	0,55	0,41	
			Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11	
	Összesen:	6 566,68	1 570,99	55,17	63,16	17,01	190,61	2,45	6,14			
2025. 01. 24. péntek	(00521) Tej-és tojás- 7-14 év	T	Harcapástétom 130g	453,37	108,46	0,00	9,88	1,33	1,92	0,08	0,49	
			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	Zöldségleves suli*tej-tojás m.	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33	
			Bakonyi tokány isk* TM	1 130,71	270,50	19,51	17,50	3,31	10,18	0,30	0,40	
			Tészta köret orsó isi*G.M.	1 164,13	278,50	1,28	4,27	0,42	58,40	0,00	0,00	
			Kiwi	381,83	91,35	1,50	0,90	0,00	16,95	0,00	0,02	





2025. 01. 24.	(00521) Tej-és tészta	U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	1,87	0,11	
			Puffasztott rizs	806,74	193,00	4,10	1,05	0,25	41,20	0,30	0,00	
			Összesen:	5 581,55	1 335,29	37,02	50,15	15,90	179,53	3,30	3,16	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

