



Tételes étlap 2024.01.22. - 2024.01.28.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 01. 22. hétfő (00546) Tojás-csirkehúsmentes 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		
	Mákos metélt isk T.L.É.	1 987,41	475,46	7,43	14,80	3,32	77,56	11,99	0,21		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	U Kockasajt natúr, félzsír. 25g	192,28	46,00	1,50	3,50	2,20	2,20	1,30	0,10		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Összesen:	5 524,62	1 321,68	37,88	51,41	14,15	173,22	14,94	4,23		
	2024. 01. 23. kedd (00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év	T Körözött túró	230,74	55,20	6,12	3,00	1,95	1,14	0,39	0,30	
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	 	
Sertés sült isk		795,83	190,39	16,96	13,00	3,05	1,15	0,00	1,15		
Paradicsom mártás I*		738,43	144,90	3,25	6,02	0,65	27,14	11,99	1,81	 	
Tört burgonya féladag isi*		393,82	94,22	2,75	0,22	0,02	20,24	0,00	0,80		





2024. 01. 23. kedd											
(00546) Tojás- csirkehúsmentes											
E	Félbarna kenyér	677,16	162,00	5,77	0,77	0,18	32,20	0,60	0,97		
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:	4 957,22	1 148,31	50,18	28,68	6,79	178,19	30,68	7,67		
2024. 01. 24. szerda											
(00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év											
T	Vajkrém natúr, 20% zsirt.	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18		
	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*	405,95	97,12	0,66	0,28	0,00	22,48	9,11	0,01		
	Rizses pulyka isk	2 285,07	546,67	25,42	17,56	3,63	70,93	0,00	1,34		
U	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		
	Összesen:	5 327,37	1 274,50	44,52	46,95	14,30	164,74	11,21	4,17		





2024. 01. 25. csütörtök		Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év (00546)									
T	Májusi csemege	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,12	
	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*	1 233,71	295,15	14,72	24,47	7,41	3,64	0,00	1,10	
		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	Gluténmentes ostya	880,50	210,65	0,00	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20	
		Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01	
Összesen:		5 355,82	1 281,31	40,59	47,07	12,19	166,44	2,75	5,77		
2024. 01. 26. péntek		Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év (00546)									
T	Harcapástétom 130g	362,70	86,77	0,00	7,90	1,07	1,53	0,06	0,39		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Karalábé	48,12	11,51	0,63	0,06	0,01	2,07	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 (sertés) isk*	1 246,04	298,10	19,35	19,46	4,81	10,96	0,66	0,19		
	Tészta köret orsó isi*G.M.	1 164,13	278,50	1,28	4,27	0,42	58,40	0,00	0,00		
	Kiwi	254,56	60,90	1,00	0,60	0,00	11,30	0,00	0,01		





2024.	01. 26.	(00546	)	Tráéé	U	Gyümölcsjoghurt 125g 0,4% zsír	418,00	100,00	3,30	3,20	2,20	14,00	13,00	0,18	
Összesen:							4 600,05	1 100,49	34,38	40,37	9,17	143,20	14,47	2,91	

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

