



Tételes étlap 2024.01.22. - 2024.01.28.

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. 22. hétfő (00492) Tejmentes 4-6 év	T Citromos tea ovi	307,05	73,46	0,08	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	E Palócleves mir O*T.M.	641,89	153,56	10,17	7,70	1,68	10,56	0,00	1,25		
	Mákos tészta O*	1 068,35	255,59	9,00	4,82	0,69	43,74	0,00	0,57	 	
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	U Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,10	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		
	Összesen:	4 791,87	1 146,38	36,81	43,38	11,45	148,73	19,68	4,51		
2024. 01. 23. kedd (00492) Tejmentes 4-6 év	T Kakaó ovi T.M.	582,50	139,35	1,65	2,99	0,88	26,30	17,98	0,01		
	EUROFOUD májkrém kféle 50 gr	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		
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
	E Csontleves tésztával ovi*diéta	173,69	41,55	2,13	1,17	0,17	5,66	0,00	0,97	 	





2024. 01. 23. kedd		(00492)		Tejmentes 4-6 év									
E	Húsgombóc O*	1 007,89	241,12	12,46	14,97	5,27	14,04	0,06	0,12				
	Paradicsom mártás O*	519,35	96,87	2,46	4,07	0,44	19,28	7,99	1,36				
	Tört burgonya féladag ovi*	286,41	68,52	2,00	0,16	0,02	14,72	0,00	0,60				
	Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39				
	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:	4 678,70	1 091,92	36,61	25,43	7,37	182,68	44,11	4,99				
2024. 01. 24. szerda		(00492)		Tejmentes 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	Gyümölcsleves O* T.M.	487,69	116,67	1,30	0,20	0,00	27,00	16,77	0,16				
	Rizseshús (csirkés) O*	1 464,57	270,56	18,05	10,76	1,67	44,85	0,00	1,10				
U	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				
	Összesen:	6 308,73	1 035,18	40,75	85,70	49,47	147,44	18,37	4,07				





2024. 01. 25. csütörtök		Tejmentes 4-6 év									
(00492)											
T	Karamellás tej O* T.M.	517,13	123,72	0,72	1,91	0,24	25,77	17,98	0,00		
	Májusi csemege	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	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		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	E	Francia zöldségleves O* D.	308,63	73,83	2,65	4,01	0,43	6,58	0,00	0,53	
		Paprikás sertés kocka O*	925,36	221,38	11,04	18,35	5,56	2,73	0,00	0,82	
		Kelkáposzta főzelék O*	639,54	153,00	6,33	4,25	0,47	21,97	0,00	0,70	
		Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
	U	Gluténmentes ostya	880,50	210,65	0,00	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20	
Narancs		173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
Összesen:		4 942,74	1 182,47	30,95	44,76	11,58	159,06	20,36	4,58		
2024. 01. 26. péntek	Tejmentes 4-6 év										
	(00492)										
	T	Citromos tea ovi	307,05	73,46	0,08	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00	
		Harcspástétom 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		32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03		
E	Zöldségleves ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06		





2024. 01. 26. péntek (00492) Tejmentes 4-6 év	E	Gombás tokány ovi* TM.	776,81	185,84	15,05	10,58	2,38	7,37	0,00	0,14	
		Tészta köret orsó O*	1 068,35	255,59	9,00	4,82	0,69	43,74	0,00	0,77	
		Kiwi	203,64	48,72	0,80	0,48	0,00	9,04	0,00	0,01	
	U	Gyümölcsle 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00	
		Abonett gluténmentes	574,33	137,40	7,33	0,94	0,12	24,73	0,00	0,43	
		Összesen:	4 802,87	1 149,03	41,37	29,49	4,91	174,02	18,79	3,60	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

