



Tételes étlap 2024.01.22. - 2024.01.28.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 01. 22. hétfő (00470) Tojás-gluténmentes 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		
	Bagett gluténmentes	244,53	58,50	0,21	1,17	0,30	11,77	0,00	0,39		
	E Palócleves mir O*G.T.M.	642,31	153,66	10,02	7,78	1,70	10,56	0,00	1,25		
	Mákos tészta O*G.T.M.	1 478,90	353,80	5,06	10,84	2,32	58,57	9,99	0,20		
	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		
	Abonett gluténmentes	717,91	171,75	9,17	1,18	0,15	30,91	0,00	0,53		
	Összesen:	4 711,64	1 127,18	29,60	50,21	13,09	137,70	28,17	3,52		





2024. 01. 23. kedd (00470) Tojás-gluténmentes 4-6 év												
2024. 01. 24. szerda (00470) Tojás-gluténmentes 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		
		Kenyér gluténmentes	363,66	87,00	0,30	0,85	0,25	19,50	0,00	0,65		
		Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
	E	Csontleves ovi*tojásm.	171,62	41,06	1,69	1,05	0,14	6,21	0,00	0,85		
		Sertés sült ovi	621,62	148,71	12,71	10,44	2,37	0,79	0,00	0,91		
		Paradicsom mártás oviG.M.	515,71	123,38	1,89	4,03	0,44	19,72	7,99	0,38		
		Tört burgonya félada g ovi*	286,41	68,52	2,00	0,16	0,02	14,72	0,00	0,60		
	U	Abonett gluténmentes	430,75	103,05	5,50	0,71	0,09	18,55	0,00	0,32		
		Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
		Kenyér gluténmentes	363,66	87,00	0,30	0,85	0,25	19,50	0,00	0,65		
		Összesen:	3 627,74	867,88	26,32	21,12	4,45	142,29	42,17	4,37		
	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		
		Puffasztott rizs (Ham-let)	317,68	76,00	1,68	0,70	0,12	15,44	0,44	0,16		
	E	Gyümölcsleves O* G. T.M.	485,42	116,13	0,52	0,15	0,00	27,76	16,77	0,16		
		Rizszeshús (csirkés) O*	1 464,57	270,56	18,05	10,76	1,67	44,85	0,00	1,10		





2024. 01. 24. szerda											
(00470) Tojás-gluténmentes 1											
U	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
	Abonett gluténmentes	717,91	171,75	9,17	1,18	0,15	30,91	0,00	0,53		
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
	Összesen:	5 888,41	934,63	38,32	85,91	49,28	126,01	17,31	3,22		
<hr/>											
2024. 01. 25. csütörtök											
(00470) Tojás-gluténmentes 4-6 év											
T	Karamellás tej O* T.M.	517,13	123,72	0,72	1,91	0,24	25,77	17,98	0,00		
	Zala felvágott	273,37	65,40	3,90	5,40	2,22	0,33	0,15	0,66		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
	Abonett gluténmentes	717,91	171,75	9,17	1,18	0,15	30,91	0,00	0,53		
	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*G.M.	640,59	153,25	5,94	4,46	0,51	21,95	0,00	1,11		
	Abonett gluténmentes	430,75	103,05	5,50	0,71	0,09	18,55	0,00	0,32		
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:	5 275,59	1 262,10	39,75	51,04	13,73	157,42	19,38	5,34		





2024. 01. 26.

péntek

(00470)

Tojás-gluténmentes 4-6 év

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		
	Abonett gluténmentes	717,91	171,75	9,17	1,18	0,15	30,91	0,00	0,53		
	Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03		
	E	Zöldségleves O*G.M.	293,46	70,21	1,81	3,16	0,34	8,39	0,00	0,84	
		Gombás tokány ovi* GTM.	778,83	186,32	14,52	10,55	2,39	8,09	0,00	0,14	
		Tészta köret orsó ovi*tojás	873,10	208,87	0,96	3,20	0,32	43,80	0,00	0,00	
		Kiwi	203,64	48,72	0,80	0,48	0,00	9,04	0,00	0,01	
	U	Gyümölcslé 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:		4 569,82	1 093,27	35,63	27,47	4,39	171,38	18,04	2,37		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietaetikus

.....
Gazdaságvezető

