



Tételes étlap 2024.02.05. - 2024.02.11.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 02. 05. hétfő (00525) Tejmentes 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		
	E Pulykaraguleves mir. I* D.	889,22	212,73	13,75	11,55	2,32	13,04	0,00	1,18		
	Tejberizs I* T.M.	1 855,27	443,84	6,38	5,67	1,73	91,29	41,96	0,04		
	Gyümölcsöntet I*	431,25	103,17	0,58	0,26	0,00	24,14	12,99	0,01		
	U Gluténmentes ostya	880,50	210,65	0,00	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
	Gyümölcsle 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
Összesen:	6 014,37	1 438,85	31,44	41,99	11,98	230,25	57,10	4,06			
2024. 02. 06. kedd (00525) Tejmentes 7-14 év	T 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		
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
	E Csirkebecsinált leves I* T.M.	743,59	177,89	13,85	9,84	1,53	8,16	0,00	1,18		
	Sült hal isk	843,59	201,82	21,20	9,48	1,65	7,78	0,00	1,13		
	Parajfőzelék sulis* T.M.	775,78	185,59	5,94	8,80	0,94	20,44	3,20	0,88		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		





2024. 02. 06. kedd (00525) Tejmentes 7-14 év		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:	5 198,48	1 243,66	63,44	45,42	8,94	141,07	5,60	6,55		
2024. 02. 07. szerda (00525) Tejmentes 7-14 év		T	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		
			Karalábé	48,12	11,51	0,63	0,06	0,01	2,07	0,00	0,04		
		E	Reszeltésztaleves I*	436,87	104,52	3,35	4,02	0,46	13,44	0,00	1,86	 	
			Zöldborsós pulyka ragu I*TM.	1 018,11	243,57	19,02	15,19	3,35	7,34	0,00	0,93		
			Petrezselymes rizsköret I*	1 408,85	337,05	6,49	6,74	0,78	62,20	0,00	1,00		
		U	Pulykamell sonka	135,43	32,40	3,60	1,50	0,48	0,78	0,39	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		
			Összesen:	5 563,46	1 330,99	45,67	57,13	13,14	154,53	1,89	6,43		





2024. 02. 08. csütörtök (00525) Tejmentes 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			
	TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00			
	E	Magyaros gombaleves I*TM	636,99	152,39	4,55	9,29	1,04	12,30	0,00	1,30		
		Gyros fűsz. csirke hús I*	737,57	176,45	23,15	8,50	1,12	1,63	0,00	0,96		
		Burgonyapüré I* T.M.	1 214,49	290,55	5,80	6,80	1,67	50,34	3,20	0,89		
		Trópusi befőtt	294,48	70,45	0,38	0,11	0,00	16,62	9,92	0,01		
	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:		6 151,08	1 465,68	54,42	70,14	17,85	151,25	14,87	6,60			
2024. 02. 09. péntek (00525) Tejmentes 7-14 év												
T	Főtt tojás isk*	138,10	33,04	2,70	2,40	0,62	0,12	0,00	0,07			
	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	Fokhagyma krémleves I*TM	323,78	77,46	1,32	4,85	0,58	7,04	0,32	0,98			
	Csikós tokány isk*TM	1 351,53	323,33	15,02	26,68	7,66	5,38	0,00	1,92			





2024. 02. 09. péntek (00525) Tejmentes 7-14 év	E	Tészta köret Farfalle I*	1 416,19	338,80	13,60	6,78	1,05	55,43	0,00	1,35		
		Káposztasaláta isk	215,11	51,46	1,68	0,23	0,03	10,35	4,50	0,43		
	U	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		Abonett gluténmentes	717,91	171,75	9,17	1,18	0,15	30,91	0,00	0,53		
		Összesen:	5 677,48	1 358,25	50,68	57,62	14,13	155,89	5,57	6,27		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

