



Tételes étlap 2024.02.05. - 2024.02.11.

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. 02. 05. hétfő (00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év	T Margarín, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Szel.Trap.sajt	466,33	111,56	8,31	8,43	5,36	0,48	0,00	0,73		
	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*	1 616,07	386,62	12,50	5,30	2,72	71,99	19,98	0,34		
	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		
	Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
Összesen:	5 650,09	1 351,70	41,93	35,65	13,71	211,02	34,97	4,35			
2024. 02. 06. kedd (00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év	T Túrókrém snidlinges I*	190,37	45,54	4,29	2,60	1,70	1,18	1,16	0,24		
	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 Rizsleves isk*	468,37	112,05	1,82	5,73	0,66	13,02	0,00	1,12		
	Sült hal isk	843,59	201,82	21,20	9,48	1,65	7,78	0,00	1,13		
	Parajfőzelék I*	830,72	198,74	9,02	9,81	1,65	18,40	0,00	0,71		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		





2024. 02. 06. kedd											
(00546) Tojás- csirkehúsmentes											
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:	5 168,57	1 236,51	58,78	44,92	10,48	145,07	3,56	6,56		
2024. 02. 07. szerda											
(00546) Tojás-csirkehúsmentes 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	Reszelttésztales I*G.T.M.	408,40	97,70	1,85	3,59	0,41	14,16	0,00	1,85	 	
	Zöldborsós pulyka ragu I*	1 034,92	247,59	19,10	15,55	3,57	7,44	0,10	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:	5 551,80	1 328,19	44,25	57,06	13,31	155,35	1,99	6,42		





2024. 02. 08.
csütörtök

(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	
	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	
	Fűszeres sertéstokány I*	1 161,17	274,51	14,83	22,00	7,13	4,77	0,00	0,77	
	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:	6 574,68	1 563,74	46,10	83,64	23,86	154,39	14,87	6,41	





2024. 02. 09. péntek (00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év	T	Harcsapástétom 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	
		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	
		Tészta köret Farfalle I*G.M.	1 129,04	270,11	1,28	3,34	0,32	58,40	0,00	0,79	
		Káposztasaláta isk	215,11	51,46	1,68	0,23	0,03	10,35	4,50	0,43	
	U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
		Abonett gluténmentes	717,91	171,75	9,17	1,18	0,15	30,91	0,00	0,53	
		Összesen:	5 011,00	1 198,81	35,42	45,48	10,05	156,69	5,63	5,82	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

