



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 (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		
	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		
	Kenyér gluténmentes	363,66	87,00	0,30	0,85	0,25	19,50	0,00	0,65		
	E Pulykaraguleves mir. O*G.M.	728,11	174,19	10,75	9,74	1,92	10,56	0,00	1,15		
	Tejberizs O* G.TM.	1 420,34	339,79	3,76	3,60	0,67	72,68	32,97	0,03		
	Gyümölcsöntet O*GM	348,89	83,47	0,49	0,22	0,00	19,48	9,99	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:	5 055,93	1 209,56	18,55	32,83	8,85	207,71	62,29	3,63		
2024. 02. 06. kedd (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		
	Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
	Abonett gluténmentes	574,33	137,40	7,33	0,94	0,12	24,73	0,00	0,43		
	E Csirkebecsinált leves O* G.T.M	446,73	106,87	8,86	5,64	0,99	4,97	0,00	1,02		
	Sült hal ovi	763,59	182,68	17,18	9,14	1,49	7,78	0,00	0,90		





2024. 02. 06. kedd (00470)		Tojás-gluténmentes 4-6 év										
E	Parajfőzelék ovi* G.T.M.	636,76	152,34	4,54	5,58	0,60	20,81	2,00	0,85			
	Abonett gluténmentes	430,75	103,05	5,50	0,71	0,09	18,55	0,00	0,32	 		
	U	EUROFOUD májkrém kféle 50 gr	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Puffasztott rizs (Ham-let)	317,68	76,00	1,68	0,70	0,12	15,44	0,44	0,16	 	
		Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
Összesen:		4 167,94	997,12	48,28	35,70	6,72	119,31	20,52	4,40			
2024. 02. 07. szerda (00470)		Tojás-gluténmentes 4-6 év										
T	Kókusztej	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07			
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15			
	Kenyér gluténmentes	363,66	87,00	0,30	0,85	0,25	19,50	0,00	0,65			
	Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03			
E	Reszelttésztalesves O* G.T.M.	316,19	75,64	1,55	2,72	0,30	10,95	0,00	1,20	 		
	Zöldborsós pulyka ragu O*GTM.	714,22	170,87	13,91	10,44	2,41	5,07	0,00	0,89			
	Petrezselymes rizsköret O*	1 119,30	267,78	4,89	6,68	0,77	46,70	0,00	0,80			
U	Pulykamell sonka	90,29	21,60	2,40	1,00	0,32	0,52	0,26	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	574,33	137,40	7,33	0,94	0,12	24,73	0,00	0,43	 		
Összesen:		5 654,89	958,59	34,90	86,33	47,70	114,59	0,26	4,81			





2024. 02. 08.
csütörtök

(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		
	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
	Abonett gluténmentes	574,33	137,40	7,33	0,94	0,12	24,73	0,00	0,43		
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E	Magyaros gombaleves O*GTM	478,11	114,38	3,01	6,94	0,79	9,72	0,00	0,98	
		Gyros fűsz. csirke hús O*	576,24	137,86	18,60	6,42	0,85	1,25	0,00	0,73	
		Burgonyapüré O* T.M.	894,81	214,07	4,51	3,81	0,89	39,54	2,80	0,75	
		Trópusi befőtt	220,86	52,84	0,28	0,08	0,00	12,47	7,44	0,01	
	U	Téliszalámi	324,16	77,55	3,45	7,05	2,85	0,08	0,08	0,68	
		Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15	
		Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78	
	Összesen:		4 874,28	1 162,18	39,98	52,88	13,24	130,59	28,40	5,06	





2024. 02. 09.

péntek

(00470)

Tojás-gluténmentes 4-6 év

T	Tejeskávé ovi T.M.	435,98	104,30	0,74	1,91	0,24	20,93	12,99	0,00			
	Harcspástétom 130g	362,70	86,77	0,00	7,90	1,07	1,53	0,06	0,39			
	Puffasztott rizs (Ham-let)	317,68	76,00	1,68	0,70	0,12	15,44	0,44	0,16			
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00			
	E	Fokhagyma krémleves O*G.T.M.	220,28	52,70	0,64	2,89	0,35	5,97	0,20	0,49		
		Csikós tokány ovi*GTM	1 003,86	240,16	11,03	20,00	5,75	3,71	0,00	1,29		
		Tészta köret Farfalle O*G.M.	873,10	208,87	0,96	3,20	0,32	43,80	0,00	0,49		
		Káposztasaláta ovi	177,90	42,56	1,33	0,17	0,02	8,65	4,00	0,33		
	U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Abonett gluténmentes	574,33	137,40	7,33	0,94	0,12	24,73	0,00	0,43		
	Összesen:		4 137,04	989,72	24,31	38,17	8,00	132,97	17,69	3,59		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

