



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 (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		
	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		
	E Pulykaraguleves mir. O* D.	727,48	174,04	10,99	9,61	1,90	10,58	0,00	1,14		
	Tejberizs O* T.M.	1 289,67	308,53	4,63	4,71	1,40	61,53	25,97	0,03		
	Gyümölcsöntet O*	349,89	83,71	0,48	0,22	0,00	19,55	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:	5 288,79	1 265,27	25,60	33,77	9,54	211,42	56,04	3,74		
2024. 02. 06. kedd (00492) Tejmentes 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		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	E Csirkebecsinált leves O*diéta	472,20	112,97	9,19	5,60	0,98	6,23	0,00	0,94		
	Sült hal ovi	763,59	182,68	17,18	9,14	1,49	7,78	0,00	0,90		





2024. 02. 06. kedd (00492) Tejmentes 4-6 év												
E	Parajfőzelék ovi* T.M.	489,51	117,11	3,85	5,52	0,59	12,87	2,00	0,85			
	Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39			
	U	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)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
Összesen:		4 540,45	1 086,24	49,04	35,28	6,95	139,59	21,96	5,34			
2024. 02. 07. 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			
	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			
	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*TM.	713,72	170,75	14,04	10,45	2,41	4,89	0,00	0,89			
	Petrezselymes rizs,barna O*	989,92	236,82	3,94	7,62	1,05	37,84	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			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
Összesen:		6 040,66	1 050,87	38,95	87,11	48,07	129,86	1,76	5,27			





2024. 02. 08. csütörtök (00492) Tejmentes 4-6 év											
2024. 02. 08. csütörtök (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	
		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	
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
		TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
	E	Magyaros gombaleves O*TM	476,60	114,02	3,40	6,96	0,78	9,18	0,00	0,97	
		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	
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
	Összesen:		5 263,02	1 255,18	45,12	51,24	12,97	150,33	29,90	5,38	
2024. 02. 09. péntek (00492) Tejmentes 4-6 év	T	Tejeskávé ovi T.M.	435,98	104,30	0,74	1,91	0,24	20,93	12,99	0,00	
		Főtt tojás ovi*	110,48	26,43	2,16	1,92	0,50	0,10	0,00	0,06	
		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	





2024. 02. 09. péntek (00492) Tejmentes 4-6 év	T	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00	
	E	Fokhagyma krémleves O*TM	204,29	48,87	0,90	2,90	0,34	4,73	0,20	0,15	
		Csikós tokány ovi*TM	1 003,36	240,04	11,16	20,01	5,75	3,53	0,00	1,29	
		Tészta köret Farfalle O*	1 088,45	260,40	10,20	5,78	0,86	41,57	0,00	0,91	
		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:		4 891,23	1 170,15	40,70	45,40	10,92	146,78	17,94	4,10	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

