



Tételes étlap 2024.02.12. - 2024.02.18.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 02. 12. 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		
	EUROFOUD májkrém kféle 50 gr	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Puffasztott rizs	799,20	191,20	3,51	0,45	0,16	43,89	0,00	0,01		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	E Sárgaborsó leves sertés O*GM	894,96	214,11	14,22	9,24	1,87	18,21	0,00	0,83		
	Darás metélt Ovi* G.T.M.	1 682,13	402,42	3,46	4,91	0,51	85,60	22,45	0,42		
	Barackíz	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	12,46	0,00		
	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	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		
	Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
	Összesen:	5 560,43	1 330,25	27,23	40,58	10,74	212,62	52,99	3,16		





2024. 02. 13. kedd		Tojás-gluténmentes 4-6 év (00470)										
2024. 02. 14. szerda	Tojás-gluténmentes 4-6 év (00470)	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	Zöldségleves O*G.M.	293,46	70,21	1,81	3,16	0,34	8,39	0,00	0,84	
			Kakukkfűves Csirkemell ovi*TM	744,04	178,00	24,72	8,44	1,10	0,61	0,00	1,07	
			Zöldborsófőzelék O*G.T.M.	872,83	208,81	11,14	4,65	0,47	30,04	2,20	0,62	
			Abonett 100g	430,75	0,00	5,50	0,71	0,09	18,55	0,00	0,32	
		U	Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	13,58	0,01	
			Abonett 100g	574,33	0,00	7,33	0,94	0,12	24,73	0,00	0,43	
	Összesen:	4 441,19	822,04	53,61	32,87	6,70	136,34	33,86	4,53			
	Tojás-gluténmentes 4-6 év (00470)	T	Gyümölcslé 100%-os	427,85	102,36	1,30	0,36	0,00	21,80	0,00	0,01	
			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 100g	574,33	0,00	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	Tavaszi leves ovi tojás	296,28	70,88	1,80	3,05	0,32	8,80	0,00	0,85	
			Olaszos pulykaO* T.M.	674,89	159,27	12,87	10,44	2,42	3,79	0,30	0,76	





2024. 02. 14. szerda													
(00470) Tojás-gluténmentes 4-6 év													
E	Párolt rizs ovi*diéta	1 079,15	258,17	4,80	5,75	0,67	46,50	0,00	0,80				
U	Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00				
	Abonett 100g	574,33	0,00	7,33	0,94	0,12	24,73	0,00	0,43				
	Összesen:	4 405,41	773,02	38,18	33,04	6,82	147,73	16,76	3,87				
T	Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27				
	Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,08	0,52				
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15				
	Abonett 100g	574,33	0,00	7,33	0,94	0,12	24,73	0,00	0,43				
E	Csontleves ovi*tojásm.	171,62	41,06	1,69	1,05	0,14	6,21	0,00	0,85				
	Sertés pörkölt O*	816,77	195,40	10,12	16,03	5,00	2,42	0,00	0,89				
	Zöldbabfőzelék O* G.T.M.	539,06	128,96	4,73	4,46	0,46	17,08	0,00	0,61				
	Abonett 100g	430,75	0,00	5,50	0,71	0,09	18,55	0,00	0,32				
	Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06				
U	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				
	Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78				
	Összesen:	4 927,65	938,41	43,65	54,01	15,22	128,04	0,18	5,43				





2024. 02. 16.

péntek

(00470)
Tojás-gluténmentes 4-6 év

T	Karamellás tej O*	571,62	136,75	6,80	3,00	1,63	20,59	9,99	0,27			
	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			
	Kenyér gluténmentes	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52			
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00			
	E	Rántott leves O*tojásm.	214,48	49,54	0,53	3,90	0,44	3,53	0,00	0,89		
		Natúr sertés falatok O*	612,26	146,47	13,28	8,62	2,16	3,77	0,00	0,52		
		Hagymás tört burgonya ovi	862,38	206,31	4,62	4,08	0,47	36,83	0,00	0,81		
		Párolt káposzta O*	268,24	64,17	1,18	3,86	0,44	6,02	2,00	0,51		
	U	Gluténmentes ostya 100g	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:		4 875,50	1 164,61	30,87	46,05	12,73	154,79	13,32	5,55			

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

