



### Tételes étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

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. 19. hétfő (00474) Tej, toj., hal, marha, mogyoróm. 1-3 év	<b>R</b> Rizstej	261,97	62,67	0,54	1,43	0,18	11,84	5,99	0,00		
	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		
	<b>T</b> Gyümölcslé 100%-os	427,85	102,36	1,30	0,36	0,00	21,80	0,00	0,01		
	<b>E</b> Majorannás pecsenye b	540,30	129,26	10,32	9,40	2,09	0,68	0,00	0,28		
	Kelkáposzta főzelék bölcsi	590,64	141,30	6,20	3,31	0,37	21,31	0,00	0,60		
	<b>U</b> Karottakrém B*T.M.	154,69	37,01	0,22	3,53	0,95	1,03	0,00	0,28		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		Összesen:	3 984,88	947,45	31,48	33,74	7,85	126,18	7,49	2,91	





2024. 02. 20.

kedd

(00474)

Tej, toj., hal, marha, mogyoróm. 1-3 év

<b>R</b>	Csipkebogyótea bölcsei	87,22	20,87	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00	
	Sonkakrém házi bölcsei T.M.	232,06	55,52	3,73	4,38	1,18	0,26	0,08	0,59	    
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
	Sárgarépa friss	50,44	12,07	0,36	0,06	0,01	2,43	0,00	0,09	
<b>T</b>	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01	
<b>E</b>	Kukoricás csirkeragu*B TM	596,75	142,76	15,65	6,79	0,86	4,58	0,00	0,61	
	Párolt rizs B*	901,77	215,73	4,02	4,79	0,56	38,87	0,00	0,50	
	Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00	
<b>U</b>	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	
	Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03	
	Összesen:	3 703,15	885,92	37,86	18,17	3,07	138,50	6,58	3,37	





2024. 02. 21.

szerda

(00474)

Tej,toj.,hal,marha,mogyoróm.1-3 év

R	Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
	Kukoricapehely (corn flakes)	259,65	62,12	0,69	1,47	0,66	11,39	0,00	0,00		
	Téliszalámi	324,16	77,55	3,45	7,05	2,85	0,08	0,08	0,68		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
T	Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
E	Sertés sült bölcsi	416,59	99,66	8,49	6,96	1,58	0,65	0,00	0,48		
	Zelleres Burgonyap. B* TM.	688,63	164,74	3,94	2,00	0,43	31,48	1,60	1,09		
	Céklasaláta, csemege szeletelt	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	4,80	0,74		
U	Pulykamell sonka	90,29	21,60	2,40	1,00	0,32	0,52	0,26	0,44		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
Összesen:		5 743,59	1 078,36	37,03	66,66	38,47	156,51	8,24	5,29		





2024. 02. 22.  
csütörtök

(00474)

Tej,toj.,hal,marha,mogyoróm.1-3 év

R	Tejeskávés bölcse T.M.	362,92	86,82	0,53	1,33	0,17	18,07	12,37	0,00	
	Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56	
	Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
T	Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00	
E	BrokkolikréMLEVES mir.*b TM	264,95	63,39	3,11	2,58	0,31	6,82	0,00	0,52	
	Bolognai Spagetti b T.To.M.	1 305,60	289,89	7,78	12,62	3,32	41,54	0,00	0,38	
U	Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,10	0,44	  
	Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
	Lilahagyma	16,54	3,96	0,12	0,01	0,00	0,83	0,00	0,00	
Összesen:		4 385,83	1 026,79	29,62	36,62	9,76	146,76	14,07	3,64	





2024. 02. 23.

péntek

(00474)

Tej, toj., hal, marha, mogyoróm. 1-3 év

R	Rizstej	261,97	62,67	0,54	1,43	0,18	11,84	5,99	0,00			
	Barackíz	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	12,46	0,00			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	T	Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
	E	Fűszeres cs.mellcsíkok B* T.M.	425,34	101,76	12,51	5,16	0,65	1,21	0,00	0,88		
		Karalábéfőzelék bölcsi*T.M.	562,16	134,49	4,40	4,38	0,48	19,07	1,20	0,78		
	U	Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
		Liga margarin tejsmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		Póréhagyma	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,00		
	Összesen:		4 593,54	803,24	33,86	51,97	32,04	126,04	21,15	3,36		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

