



Tételes étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

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. 19. hétfő (00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			
	Gyümölcs joghurt 125 g. 1,5%	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	 		
	Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	T Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	E Olasz zöldségleves	488,77	116,93	3,28	5,35	0,59	13,60	0,00	2,99	 		
	Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19			
	Vegyes gyümölcsmártáspüré	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39			
	Féladagos burgonya	587,92	140,65	3,75	0,30	0,04	30,00	0,00	1,49			
	V Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00			
	Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	 		
	Kefír, 140 g 3%	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18			
	Összesen:		7 903,31	1 890,74	66,40	52,70	22,52	211,97	94,96	7,53		





2024. 02. 20.

kedd

(00115)

Folyékony pépes szoc.otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Tej 2,5 dl	507,15	121,33	8,50	3,75	2,04	13,25	0,00	0,33		
	Tejpép	1 103,10	263,90	10,40	6,05	1,95	40,95	12,35	0,25		
	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
	T	Gyümölcspüré 100g	265,01	63,40	0,80	0,00	0,00	14,30	11,50	0,00	
		E	Zöldbabpure leves diab.*mir.*	597,86	143,03	4,87	5,49	0,62	18,21	0,00	3,12
	Darált serteshús		599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
	Burgonyafőzelék tejmentes		957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Tej 3dl	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40	
		Zabkása almás és mazsolás	1 621,84	388,00	10,00	9,50	0,00	62,70	24,40	0,00	
		Natur joghurt 140g 1,5%	1 492,26	357,00	4,48	4,20	2,80	6,72	6,72	0,21	
	Összesen:		8 544,58	2 044,15	75,11	41,36	12,50	267,08	101,17	7,18	





2024. 02. 21.

szerda

(00115)

Folyékony pépes szoc.otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
	Tej 2,5 dl	507,15	121,33	8,50	3,75	2,04	13,25	0,00	0,33				
	Tejpép	1 103,10	263,90	10,40	6,05	1,95	40,95	12,35	0,25				
	Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		E	Zellerkrémleves (frissből)	768,94	183,96	4,89	9,02	2,23	20,32	0,66	3,46		
			Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19		
			Sárgarépa főzelékpüré (friss)	1 127,45	269,73	6,49	10,61	1,53	36,22	5,99	3,65		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Tej 3dl	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40		
			Kakaós-banános zabkása	1 638,56	392,00	9,40	9,40	4,10	64,20	25,40	0,00		
			Gyümölcs joghurt 125 g. 1,5%	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08		
		Összesen:		7 517,43	1 798,43	72,30	51,21	17,27	255,01	105,65	8,36		





2024. 02. 22.
csütörtök

(00115)
Folyékony pépes szoc.óthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Tej 2,5 dl	507,15	121,33	8,50	3,75	2,04	13,25	0,00	0,33	
	Tejpép	1 103,10	263,90	10,40	6,05	1,95	40,95	12,35	0,25	
	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
T	Gyümölcs joghurt 125 g. 1,5%	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	
E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75	
	Majorannás darált sertéshús	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82	
	Tökfőzelék diétás	754,59	180,53	5,62	2,06	1,04	27,52	0,97	2,06	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00	
	Kefír, 140 g 3%	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
Összesen:		7 987,69	1 910,94	66,16	53,76	13,97	210,55	82,29	7,47	





2024. 02. 23.

péntek

(00115)

Folyékony pépes szoc.otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Tej 2,5 dl	507,15	121,33	8,50	3,75	2,04	13,25	0,00	0,33	
	Gyümölcs joghurt 125 g. 1,5%	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	
	Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96	
	Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36	
	Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58	
	Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Tej 3dl	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40	
	Zabkása almás és mazsolás	1 621,84	388,00	10,00	9,50	0,00	62,70	24,40	0,00	
	Kefír, 140 g 3%	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
Összesen:		8 513,94	2 036,82	85,28	39,14	12,21	261,06	106,72	6,89	





2024. 02. 24.

szombat

(00115)

Folyékony pépes szoc.otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Tej 2,5 dl	507,15	121,33	8,50	3,75	2,04	13,25	0,00	0,33		
	Gyümölcs joghurt 125 g. 1,5%	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08		
	Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	T	Puding 175 g. 2,4% zsirt	367,84	88,00	1,10	2,30	1,60	15,80	12,40	0,00	
		E	Rizsleves	469,57	112,34	2,42	5,19	0,60	13,68	0,00	2,60
	Darált serteshús		599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
	Meggy mártáspüré *mir.* TM.		999,98	239,23	2,79	1,04	0,03	52,39	25,55	0,73	
	Piritott dara 20g.		426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Tej 3dl	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40	
		Kakaós-banános zabkása	1 638,56	392,00	9,40	9,40	4,10	64,20	25,40	0,00	
		Natur joghurt 140g 1,5%	1 492,26	357,00	4,48	4,20	2,80	6,72	6,72	0,21	
Összesen:		8 014,40	1 917,32	63,06	42,14	17,01	245,77	116,32	6,51		





2024. 02. 25.
vasárnap

(00115)

Folyékony pépes szoc.otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Tej 2,5 dl	507,15	121,33	8,50	3,75	2,04	13,25	0,00	0,33			
	Tejpép	1 103,10	263,90	10,40	6,05	1,95	40,95	12,35	0,25			
	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Csontleves házi betéttel	405,39	96,98	4,84	2,64	0,13	13,47	0,05	2,98	
			Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
	Burgonyapure 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,03	2,78			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tej 3dl	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40		
		Zabkása almás és mazsolás	1 621,84	388,00	10,00	9,50	0,00	62,70	24,40	0,00		
		Kefír, 140 g 3%	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
	Összesen:		8 444,09	2 020,11	74,92	43,25	14,37	258,07	104,47	7,11		

.....
élelmezésvezető

.....
intézményvezető

.....
érdekképviselői fórum

