



Tételes étlap 2024.02.26. - 2024.03.03.

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. 26. hétfő (00525) Tejmentes 7-14 év	T 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		
	TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	E Lencseleves húsos I*T.M.	1 127,62	269,77	17,12	8,96	1,43	29,82	0,00	1,91	 	
	Almás rakott tészta*I GM	2 416,52	578,11	7,00	11,78	1,31	109,30	20,78	0,13	 	
	U Zala felvágott	273,37	65,40	3,90	5,40	2,22	0,33	0,15	0,66	 	
	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			
Összesen:		5 826,94	1 388,13	40,92	41,85	9,22	208,97	22,43	4,44		
2024. 02. 27. kedd (00525) Tejmentes 7-14 év	T Téliszalámi	540,27	129,25	5,75	11,75	4,75	0,13	0,13	1,13		
	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		
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
	E Lebbencsleves I* D.	523,47	125,23	3,01	4,18	0,49	18,51	0,00	1,32	 	
	Bazsalikomos aprópecsenye I*TM	1 323,98	316,74	16,81	27,40	8,68	0,35	0,00	1,11		
	Finomfőzelék I* T.M,	989,73	236,78	8,11	6,95	0,77	34,81	4,40	1,31		





2024. 02. 27. kedd		(00525) Tejmentes 7-14 év											
E	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77				
U	Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	13,58	0,01				
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77				
Összesen:		6 378,28	1 525,91	52,87	66,74	19,18	173,33	20,36	7,40				
2024. 02. 28. szerda		(00525) Tejmentes 7-14 év											
T	Párizsi sertés	294,69	70,50	3,00	6,33	2,16	0,66	0,15	0,60				
	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				
	Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00				
E	Zöldségleves sulitejtojás.	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33				
	Fűszeres sertéstokány I*	1 161,17	274,51	14,83	22,00	7,13	4,77	0,00	0,77				
	Tészta kör. szarvacska I*	1 424,47	340,78	12,00	6,43	0,92	58,32	0,00	0,79				
	Csemege uborka	46,03	11,01	0,48	0,08	0,00	2,08	0,00	1,92				
U	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08				
	Puffasztott rizs	799,20	191,20	3,51	0,45	0,16	43,89	0,00	0,01				
Összesen:		6 060,14	1 446,51	44,93	54,41	14,84	192,85	0,90	6,47				





2024. 02. 29. csütörtök												
Tejmentes 7-14 év (00525)												
T	Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	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			
	E	Karfiolkrémleves mir. isk*T.M.	515,10	123,23	3,53	7,17	0,81	10,98	0,80	0,82		
		Csirke aprópecsenye I*TM	290,92	69,60	0,43	6,55	0,74	2,13	0,00	0,80		
		Mexikóis párolt rizs I*	1 323,32	316,58	6,88	5,88	0,67	58,49	0,00	0,50		
	Kiwi	381,83	91,35	1,50	0,90	0,00	16,95	0,00	0,02			
	U	Sonkaszalámi	109,10	26,10	3,36	0,84	0,33	1,29	0,15	0,84		
		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		
Összesen:		5 409,85	1 294,23	28,36	50,96	10,61	174,74	18,65	4,92			
2024. 03. 01. péntek												
Tejmentes 7-14 év (00525)												
T	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			
	Madár saláta (kg)	26,36	6,31	0,60	0,12	0,00	1,08	0,00	0,00			
E	Gyümölcsle 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00			
	Tarhonyáshús (sertés) I*	2 409,50	576,44	26,00	30,03	8,28	49,85	0,00	1,87			
	Káposztasaláta isk	215,11	51,46	1,68	0,23	0,03	10,35	4,50	0,43			
U	Csirkemell sonka	105,34	25,20	5,55	0,24	0,06	0,24	0,12	0,78			





2024. 03. 01.	(00525) Tejmentes 7 11 Á.1.	U	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		
			Összesen:	5 699,11	1 363,44	46,95	60,24	16,43	155,62	6,12	5,02		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

