



Tételes étlap 2024.02.26. - 2024.03.03.

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. 26. hétfő (00475) Tojásmentes 1-3 év	<b>R</b> Tej 1,5dl bölcsi	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17			
	Kukoricapehely (corn flakes)	259,65	62,12	0,69	1,47	0,66	11,39	0,00	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	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			
	<b>T</b> Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01			
	<b>E</b> Sertés aprópecs, csíki bölcsi	524,12	125,39	10,65	8,71	1,97	0,94	0,00	0,31			
	Zöldborsófőzelék mir. B. GT.M.	912,82	218,38	10,12	5,06	0,53	32,55	3,20	0,62			
	<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			
	Savanyú káposzta	24,95	5,97	0,33	0,06	0,00	1,02	0,00	0,27			
	Összesen:		4 173,54	998,45	42,61	31,92	9,28	131,15	4,80	3,46		





2024. 02. 27. kedd		Tojásmentes 1-3 év (00475)									
R	Tej 1,5dl bölcsi	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
	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		
	T	Sütőtök	325,08	77,77	1,50	0,60	0,00	16,50	0,00	0,02	
		Alma	58,17	13,92	0,16	0,16	0,00	2,80	0,00	0,00	
	E	Húsleves b* GM.	311,25	73,97	5,23	1,80	0,59	9,17	0,00	1,10	
		Köleskása B*TM	932,79	223,16	3,55	2,60	0,47	46,08	16,19	0,01	    
	U	Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96	
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
Összesen:		3 933,38	940,51	25,21	22,01	7,13	157,69	18,20	3,58		
2024. 02. 28. szerda		Tojásmentes 1-3 év (00475)									
R	Kakaó bölcsi	631,11	150,98	5,16	4,51	2,49	22,30	14,99	0,15	 	
	Diós krém B*	119,42	28,57	0,62	2,71	0,97	0,39	0,01	0,00	 	
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08		
E	Fűszeres cs.mellcsíkok B* T.M.	425,34	101,76	12,51	5,16	0,65	1,21	0,00	0,88		
	Sütőtökfőzelék bölcsi*GTM	1 311,37	313,73	4,55	11,05	1,21	48,33	4,00	0,03		
U	Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		





2024. 02. 28.		(00475)		Tejásmentes								
U	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			
Összesen:		4 937,38	1 181,19	39,55	32,76	7,90	177,97	20,60	3,34			
R	Tej 1,5dl bölcsi	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17			
	Kukoricapehely (corn flakes)	259,65	62,12	0,69	1,47	0,66	11,39	0,00	0,00			
	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			
	Sárgarépa friss	50,44	12,07	0,36	0,06	0,01	2,43	0,00	0,09			
T	Gyümölcslé 100%-os	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00			
E	Pulyka aprópecsenye B.T.M.	498,34	115,93	10,64	7,60	1,88	1,93	0,00	1,11			
	Tészta köret orsó B*tojás	674,95	161,47	0,80	1,28	0,11	36,50	0,00	0,00			
U	Abonett 100g	717,91	0,00	9,17	1,18	0,15	30,91	0,00	0,53			
	Mandarin	293,97	70,33	1,05	0,45	0,00	14,70	0,00	0,00			
Összesen:		4 079,01	800,80	34,73	24,23	7,22	151,02	0,75	2,77			





2024. 03. 01.

péntek

(00475)

Tojásmentes 1-3 év

R	Csipkebogyótea bölcsei	87,22	20,87	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00			
	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			
	TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00			
	T	Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
	E	Sertés sült bölcsei	416,59	99,66	8,49	6,96	1,58	0,65	0,00	0,48		
		Paradicsomos káposzta B. GM.	626,47	149,87	4,05	4,45	0,49	22,80	5,09	0,78		
	U	Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
		Abonett 100g	717,91	0,00	9,17	1,18	0,15	30,91	0,00	0,53		
Összesen:		3 578,18	678,40	32,04	21,80	4,67	130,37	11,10	3,10			

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

