



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 (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		
	Kenyér gluténmentes	363,66	87,00	0,30	0,85	0,25	19,50	0,00	0,65		
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E Lencseleves húsos O*GTM	843,78	201,86	12,77	6,93	1,13	21,85	0,00	1,28		
	Almás rakott tészta*O GM	1 812,39	433,59	5,25	8,84	0,98	81,97	15,58	0,09		
	U 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		
	Abonett 100g	717,91	0,00	9,17	1,18	0,15	30,91	0,00	0,53		
	Összesen:	4 641,83	934,82	30,44	31,98	6,84	173,22	33,66	3,14		
2024. 02. 27. kedd (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		
	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	363,66	87,00	0,30	0,85	0,25	19,50	0,00	0,65		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	E Lebbencsleves ovi*tojás	314,70	75,29	1,24	2,97	0,34	10,65	0,00	0,62		





2024. 02. 27. kedd											
(00470) Tojás-gluténmentes 4-6 év											
E	Bazsalikomos aprópecsenye O*TM	993,02	237,56	12,61	20,55	6,51	0,27	0,00	0,83		
	Finomfőzelék O* G.T.M.	742,49	177,63	5,98	4,73	0,53	27,29	3,40	1,02		
	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	717,91	0,00	9,17	1,18	0,15	30,91	0,00	0,53		
Összesen:		4 876,39	891,80	38,66	48,58	13,57	141,89	35,04	4,82		
2024. 02. 28. szerda											
(00470) Tojás-gluténmentes 4-6 év											
T	Karamellás tej O* T.M.	517,13	123,72	0,72	1,91	0,24	25,77	17,98	0,00		
	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		
	Kenyér gluténmentes	363,66	87,00	0,30	0,85	0,25	19,50	0,00	0,65		
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
E	Zöldségleves O*G.M.	293,46	70,21	1,81	3,16	0,34	8,39	0,00	0,84		
	Fűszeres sertéstokány O*GTM	861,34	206,06	10,87	16,75	5,38	2,71	0,00	0,60		
	Tészta kör. szarvacska O*G.M.	873,10	208,87	0,96	3,20	0,32	43,80	0,00	0,20		
	Csemege uborka	34,52	8,26	0,36	0,06	0,00	1,56	0,00	1,44		
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:		5 021,24	1 201,25	22,71	41,31	10,99	183,63	18,08	4,37		





2024. 02. 29. csütörtök (00470) Tojás-gluténmentes 4-6 év												
T	Kókusztej	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07			
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15			
	Méz	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00			
	Kenyér gluténmentes	363,66	87,00	0,30	0,85	0,25	19,50	0,00	0,65			
	E	Karfiolkrémleves ovi*G.T.M.	445,89	106,67	2,69	6,16	0,71	9,98	0,80	0,81		
		Csirke aprópecsenye O*TM	242,54	58,02	0,30	5,61	0,64	1,51	0,00	0,50		
		Mexikói párolt rizs O*	1 056,23	252,69	5,48	4,89	0,56	46,24	0,00	0,40		
		Kiwi	254,56	60,90	1,00	0,60	0,00	11,30	0,00	0,01		
	U	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		
Abonett 100g		717,91	0,00	9,17	1,18	0,15	30,91	0,00	0,53			
Összesen:		5 739,04	806,96	25,35	80,01	45,11	142,22	17,10	3,78			
T	2024. 03. 01. péntek (00470) Tojás-gluténmentes 4-6 év	Kakaó ovi T.M.	582,50	139,35	1,65	2,99	0,88	26,30	17,98	0,01		
		Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,08	0,52		





2024. 03. 01. péntek (00470) Tojás-gluténmentes 4-6 év	T	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
		Abonett 100g	717,91	0,00	9,17	1,18	0,15	30,91	0,00	0,53		
	E	Gyümölcsle 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
		Tarhonyáshús O* tojás	1 447,67	346,33	13,66	11,77	2,51	46,01	0,00	1,68		
		Káposztasaláta ovi	177,90	42,56	1,33	0,17	0,02	8,65	4,00	0,33		
	U	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		
		Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
		Összesen:	4 601,71	929,13	30,61	38,16	9,56	157,85	22,06	4,02		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

