



Tételes étlap 2025.01.06. - 2025.01.12.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 01. 06. hétfő (00471) 1-3 év tejmentes	R Rizstej	261,97	62,67	0,54	1,43	0,18	11,84	5,99	0,00		
	Kukoricapehely (corn flakes)	244,53	58,50	1,13	0,47	0,17	12,30	1,38	0,28		
	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	 	
	T Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
	E Húspogácsa bölcsei	518,41	124,02	12,06	4,83	0,73	7,75	0,15	1,00	 	
	Zöldborsófőzelék mir. B. T.M.	910,30	217,78	10,78	5,10	0,52	31,65	3,20	0,62		
	U EUROFOOD baromfifkrém csirkemáj	210,25	50,30	3,37	3,28	0,98	1,64	0,00	0,24	 	
	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:		4 245,02	1 015,55	43,93	27,59	6,42	143,50	12,32	4,50	
2025. 01. 07. kedd (00471) 1-3 év tejmentes	R Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
	Tojásrántotta bölcsei	346,36	82,86	5,40	6,66	1,45	0,24	0,00	0,14		
	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		





2025. 01. 07. kedd (00471) 1-3 év tejmentes		T	E	U									
		Alma	58,17	13,92	0,16	0,16	0,00	2,80	0,00	0,00			
		Húsleves b*	344,88	82,02	6,52	2,16	0,66	9,08	0,00	0,17			
		Köleskása B*TM	933,01	223,21	3,55	2,61	0,47	46,11	16,19	0,01			
		Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96			
		Gyümölcsle 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00			
		Összesen:	5 097,61	923,35	27,55	48,44	32,52	171,98	17,94	2,12			
2025. 01. 08. szerda (00471) 1-3 év tejmentes		R	E	U									
		Kakaó bölcsi T.M.	534,50	127,87	1,49	2,32	0,48	24,56	17,21	0,09			
		Diós krém B* T.M.	300,39	71,86	0,63	7,48	1,98	0,42	0,00	0,08			
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
		Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08			
		Bazsalikomos csirkemáj B*T.M.	404,92	96,87	12,01	4,55	1,14	1,88	0,00	0,59			
		Sütőtökfőzelék bölcsi*TM	1 308,85	313,12	5,21	11,09	1,20	47,43	4,00	0,03			
		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			
		Összesen:	4 998,80	1 195,87	36,05	34,77	7,38	180,03	22,81	3,07			





2025. 01. 09. csütörtök (00471) 1-3 év tejmentes												
2025. 01. 09. csütörtök (00471) 1-3 év tejmentes	R	Rizstej	261,97	62,67	0,54	1,43	0,18	11,84	5,99	0,00		
		Kukoricapehely (corn flakes)	244,53	58,50	1,13	0,47	0,17	12,30	1,38	0,28		
		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		
		Galuska köret b	1 072,26	256,52	9,45	8,47	1,25	35,32	0,00	0,86	 	
	U	Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32		
		Mandarin	293,97	70,33	1,05	0,45	0,00	14,70	0,00	0,00		
	Összesen:	4 206,38	1 003,02	36,09	27,79	5,86	147,73	8,56	3,53			
2025. 01. 10. péntek (00471) 1-3 év tejmentes	R	Csipkebogyótea bölcsi	87,99	21,05	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	Petrezselymes pulyka vagd bT.M	845,90	202,37	15,10	11,01	2,63	10,29	0,18	1,40	 	





2025. 01. 10. péntek (00471) 1-3 év trimester	E	Paradicsomos káposzta bölcsi*	625,63	149,67	4,36	4,28	0,46	22,81	5,09	0,78	 	
	U	Kókuszgurt (málnás) 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	1,87	0,11		
		Puffasztott rizs	645,39	154,40	3,28	0,84	0,20	32,96	0,24	0,00		
		Összesen:	4 028,18	957,80	33,98	36,98	15,67	121,95	13,39	3,60		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

