



Tételes étlap 2025.03.03. - 2025.03.09.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2025. 03. 03. hétfe (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	T 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			
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01			
	E Gulyásleves marhahússal I*D.	1 008,11	241,18	12,84	11,19	1,15	16,14	0,08	1,39			
	Tejbeköles, tej-toj.-gluténm.	1 047,47	250,59	3,50	2,61	0,47	52,91	24,09	0,20			
	Kakaós porcukor suli*	401,04	95,94	1,05	0,75	0,34	20,44	20,02	0,12			
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02			
	U Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20			
	Gyümölcsle 0,2- es 100%	192,28	46,00	0,00	0,00	0,00	11,00	10,00	0,00			
	Összesen:		5 288,88	1 265,29	29,23	39,69	9,89	187,88	56,34	4,57		





2025. 03. 04. kedd (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év												
2025. 03. 04. kedd (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	T	Szendicskrém, vegán (diétás)	204,82	49,00	0,20	4,80	4,20	1,28	0,00	0,28		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		Póréhagyma	46,24	11,06	0,66	0,09	0,00	1,89	0,00	0,00		
	E	Erdei gyümölcsleves I*	407,31	97,44	0,66	0,31	0,01	22,65	9,15	0,01		
		Zöldborsós csirkemellcsíkok*TM	813,84	194,70	23,33	6,63	0,84	10,11	0,00	1,34		
		Párolt rizs sulí*diéta	1 509,03	361,01	6,40	9,52	1,10	62,00	0,00	0,80		
	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:	5 075,20	1 214,16	47,15	37,81	10,74	167,84	10,80	5,01		
2025. 03. 05. szerda (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	T	Fekete áfonya dzsem	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		
	E	Karfiolleves sulí* diéta	371,02	88,76	2,34	5,08	0,57	8,26	0,00	0,85		
		Paprikás sertésszelet I* D.	1 219,54	291,76	22,83	17,56	3,94	10,22	0,00	1,20		
		Burgonyapüré I* T.M.	1 214,49	290,55	5,80	6,80	1,67	50,34	3,20	0,89		
		Meggybefőtt	302,12	72,28	0,48	0,14	0,00	16,64	9,60	0,00		
	U	Kiwi	381,83	91,35	1,50	0,90	0,00	16,95	0,00	0,02		





2025. 03. 06. csütörtök (00549)	2025. 03. 05. (00549)											
Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	U	Abonett 100g	723,14	173,00	7,50	1,65	0,30	30,00	0,55	0,41		
		Összesen:	4 938,96	1 181,58	46,70	32,94	6,71	166,68	14,10	4,14		
	T	Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,10	0,90		
		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	 	
		TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	E	Húsleves I** T.M.	259,23	62,02	2,89	0,71	0,07	10,77	0,00	1,04	 	
		Főtt hús I*	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
		Paradicsomos káposzta I*	790,49	167,21	5,55	5,33	0,59	29,02	5,99	1,14		
		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:	5 158,29	1 206,27	53,29	40,06	11,84	160,21	21,92	5,81		





2025. 03. 07.
péntek

(00549)

Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év

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	
	Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00	
E	Palócleves mir I*sertésTM	885,66	211,88	8,11	13,83	3,41	13,33	0,00	1,48	
	Gluténmentes kakaós csiga 100g	2 265,56	542,00	2,60	20,00	8,60	88,00	13,60	0,08	
U	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
	Diétás gyümölcsös szelet 30g	430,54	103,00	1,20	5,40	4,20	10,81	1,20	0,03	
Összesen:		5 096,62	1 219,29	19,10	54,73	20,25	158,80	15,55	2,58	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

