



Tételes étlap 2024.03.04. - 2024.03.10.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2024. 03. 04. hétfő (00492) Tejmentes 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			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01			
	E Gulyásleves marhahússal O*D.	649,42	155,36	9,06	6,35	0,64	10,75	0,00	1,09			
	Tejberizs O* T.M.	1 289,67	308,53	4,63	4,71	1,40	61,53	25,97	0,03	 		
	Kakaós porcukor ovi*	324,54	77,64	0,56	0,65	0,38	17,30	16,98	0,00			
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
	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			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	Összesen:		5 482,79	1 311,66	33,54	45,42	12,91	183,99	62,61	4,10		





2024. 03. 05. kedd		Tejmentes 4-6 év										
(00492)												
2024. 03. 05. kedd	(00492) Tejmentes 4-6 év	T	Tejeskávés ovi T.M.	435,98	104,30	0,74	1,91	0,24	20,93	12,99	0,00	
			Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56	
			Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15	
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
		E	Gyümölcsleves O* T.M.	487,69	116,67	1,30	0,20	0,00	27,00	16,77	0,16	
			Zöldborsós cs.mellcsíkok O*TM	697,80	166,94	20,11	6,04	0,91	7,78	0,40	0,93	
			Párolt rizs ovi*diéta	1 079,15	258,17	4,80	5,75	0,67	46,50	0,00	0,80	
		U	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	
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
	Összesen:	4 643,71	1 110,93	41,92	26,62	5,36	172,47	31,76	4,14			
2024. 03. 06. szerda	(00492) Tejmentes 4-6 év	T	Rizstej	349,30	83,56	0,72	1,91	0,24	15,78	7,99	0,00	
			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	
		E	Karfiollevés O*(piros)	262,23	62,74	2,09	3,10	0,33	6,47	0,00	0,41	
			Natúr szelet O*	661,82	158,33	13,41	9,56	2,26	4,47	0,00	0,91	
			Burgonyapüré O* T.M.	894,81	214,07	4,51	3,81	0,89	39,54	2,80	0,75	
			Meggybefőtt	226,59	54,21	0,36	0,11	0,00	12,48	7,20	0,00	





2024. 03. 06.		(00492)		Tejmentes		1. é. év								
2024. 03. 07. csütörtök	(00492)	Tejmentes 4-6 év	U	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
				Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
				Összesen:	4 493,20	1 074,93	28,59	23,90	5,63	182,84	33,57	4,06		
			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	
					Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
					TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
				E	Húsleves ovi*tojás	279,14	66,78	3,08	2,69	0,87	7,31	0,00	1,24	
					Főtt hús O*	532,56	127,41	16,80	6,48	2,31	0,32	0,00	0,17	
					Paradicsomos káposzta O*	625,68	133,26	4,52	4,27	0,47	22,72	4,00	1,06	
					Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
				U	Abonett 100g	717,91	0,00	9,17	1,18	0,15	30,91	0,00	0,53	
Alma	145,41	34,79	0,40		0,40	0,00	7,00	0,00	0,01					
	Összesen:	4 436,93	869,38	47,15	33,87	9,85	138,52	23,19	5,00					





2024. 03. 08.

péntek

(00492)

Tejmentes 4-6 év

T	Kakaó ovi T.M.	582,50	139,35	1,65	2,99	0,88	26,30	17,98	0,01		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
	E	Palócleves mir O*sertésTM	664,31	158,93	6,08	10,37	2,56	10,00	0,00	1,11	
		Darás metélt Ovi*	1 384,05	331,11	9,85	5,66	0,73	59,79	5,00	0,71	
		Barackíz	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	12,46	0,00	
	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	
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
Összesen:		5 331,03	1 275,35	33,04	45,30	11,82	180,44	37,04	4,11		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

