



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<br>(00493)<br>Tej-és tojásmentes 4-6 év | <b>T</b> 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   |            |          |  |
|   | <b>E</b> Gulyásleves marhahússal O*D. | 649,42       | 155,36         | 9,06        | 6,35     | 0,64           | 10,75          | 0,00      | 1,09   |            |          |  |
|   | Tejberizs O* T.M.                     | 1 043,39     | 249,62         | 3,52        | 3,41     | 0,64           | 50,91          | 15,98     | 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   |            |          |  |
|   | <b>U</b> Zala felvágott               | 182,25       | 43,60          | 2,60        | 3,60     | 1,48           | 0,22           | 0,10      | 0,44   | <br><br>   |          |  |
|   | 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:                             |              | 5 236,51       | 1 252,75    | 32,43    | 44,12          | 12,15          | 173,37    | 52,62  | 4,10       |          |  |







| 2024. 03. 06. szerda              |                                |          |          |       |       |      |        |       |      |  |
|-----------------------------------|--------------------------------|----------|----------|-------|-------|------|--------|-------|------|--|
| (00493) Tej-és tejtermékek        |                                |          |          |       |       |      |        |       |      |  |
| E                                 | Meggybefőtt                    | 226,59   | 54,21    | 0,36  | 0,11  | 0,00 | 12,48  | 7,20  | 0,00 |  |
| 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 |  |
| 2024. 03. 07. csütörtök           |                                |          |          |       |       |      |        |       |      |  |
| (00493) Tej-és tojásmentes 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 |  |
|                                   | 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

(00493)  
Tej-és tojásmentes 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* T.T.M.       | 1 674,88 | 400,69 | 3,41  | 4,38  | 0,42   | 86,40 | 22,45 | 0,40 |  |
|           |                                | 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: |                                | 5 621,86                       | 1 344,93 | 26,60  | 44,02 | 11,51 | 207,05 | 54,49 | 3,80  |      |  |

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

