



Tételes étlap 2024.03.04. - 2024.03.10.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 03. 04. 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		
	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 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		
	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:	4 864,44	991,99	29,40	44,53	12,09	155,24	51,12	3,74		














2024. 03. 05. kedd (00470) Tojás-gluténmentes 4-6 év												
2024. 03. 06. szerda (00470) Tojás-gluténmentes 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		
		Abonett 100g	717,91	0,00	9,17	1,18	0,15	30,91	0,00	0,53	 	
	E	Gyümölcsleves O* G. T.M.	485,42	116,13	0,52	0,15	0,00	27,76	16,77	0,16		
		Zöldborsós cs.mellcsíkok Ó. G.	593,88	142,08	16,87	5,37	0,68	6,34	0,00	0,91		
		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		
		Puffasztott rizs	799,20	191,20	3,51	0,45	0,16	43,89	0,00	0,01		
		Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
Összesen:		4 600,99	928,97	38,08	25,91	4,98	178,05	29,86	3,12			
2024. 03. 06. szerda (00470) Tojás-gluténmentes 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		
		Kenyér gluténmentes	363,66	87,00	0,30	0,85	0,25	19,50	0,00	0,65		
	E	Karfiollevés O* G.M.	311,08	74,42	2,89	3,35	0,37	8,02	0,00	0,72		
		Natúr sertéskaraj O* G.M.	698,41	167,08	13,02	10,47	2,38	5,01	0,00	1,11		
		Burgonyapüré O* T.M.	894,81	214,07	4,51	3,81	0,89	39,54	2,80	0,75		





2024. 03. 06. szerda										
(00470) Tojás-gluténmentes 4-6 év										
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:	4 215,48	1 008,48	23,05	25,10	5,81	170,16	32,82	4,45	
<hr/>										
2024. 03. 07. csütörtök										
(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	
	Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78	
	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*G.M.	629,32	150,55	4,16	4,49	0,50	22,80	4,00	1,07	
	Abonett 100g	430,75	0,00	5,50	0,71	0,09	18,55	0,00	0,32	  
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:	4 270,15	742,85	43,33	35,92	10,22	129,27	22,06	4,95	





2024. 03. 08.

péntek

(00470)

Tojás-gluténmentes 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		
	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	Palócleves mir O*sertésGTM	665,52	159,22	5,77	10,35	2,56	10,44	0,00	1,11	
		Darás metélt Ovi* G.T.M.	1 682,13	402,42	3,46	4,91	0,51	85,60	22,45	0,42	
		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	
		Abonett 100g	717,91	0,00	9,17	1,18	0,15	30,91	0,00	0,53	
Összesen:		5 258,25	1 086,19	23,31	44,94	11,54	188,56	52,99	3,46		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

