



Tételes étlap 2024.03.11. - 2024.03.17.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 03. 11. hétfő (00475) Tojásmentes 1-3 év	R Fahéjas karamellás tej bölcsi	546,74	130,80	5,10	4,20	2,28	18,02	9,99	0,17		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	T Banán	263,26	62,98	0,78	0,06	0,00	14,52	0,00	0,03		
	E Zöldséges rizs p.hús*B GM.	968,40	231,68	14,57	7,32	1,97	26,57	0,00	0,51		
	Céklasaláta, csemege szeletelt	79,61	19,05	0,39	0,03	0,00	4,17	2,40	0,37		
	U Tej 2,8 % 1,1	251,59	60,19	3,40	2,80	1,52	5,30	0,00	0,11		
	Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Paradicsom	27,47	6,57	0,30	0,06	0,01	1,20	0,00	0,00		
	Összesen:	3 876,62	927,43	39,28	21,65	7,86	139,18	13,99	3,41		





2024. 03. 12. kedd		Tojásmentes 1-3 év										
(00475)												
2024. 03. 12. kedd	Tojásmentes 1-3 év	R	Tej 2,8 % 1,1	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17	
			Barackíz	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	12,46	0,00	
			Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06	
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
		T	Alma	58,17	13,92	0,16	0,16	0,00	2,80	0,00	0,00	
		E	Sertés pörkölt bölcsi	476,59	114,02	8,72	7,96	1,68	1,73	0,00	0,58	
			Tökfőzelék mir. bölcsi GTM.	407,33	97,45	2,37	3,19	0,35	14,52	0,00	0,35	
		U	Húskrém csirke bölcsi T.M.	329,16	78,75	4,17	6,69	1,51	0,38	0,00	0,99	
			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:	3 475,48	831,46	33,45	26,38	6,98	111,20	13,96	3,96			
2024. 03. 13. szerda	Tojásmentes 1-3 év	R	Csipkebogyótea bölcsi	87,22	20,87	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00	
			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	
			Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01	
		T	Mandarin	97,99	23,44	0,35	0,15	0,00	4,90	0,00	0,00	
		E	Fűszeres halfalatok B*	456,61	109,24	12,11	6,60	1,10	0,30	0,00	0,08	





2024. 03. 13. szerda													
2024. 03. 14. csütörtök													
2024. 03. 13. szerda (00475)	Tojásmentes 1-3 év	E	Sárgarépa főzelék (friss) B. T.M	612,09	146,43	3,46	4,58	0,53	22,33	2,00	0,91		
		U	Natúr joghurt 150g 1,5%	219,78	52,58	4,48	1,96	1,40	3,92	3,36	0,14		
			Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
			Összesen:	3 538,82	846,61	30,38	29,04	8,32	113,27	12,46	3,65		
2024. 03. 14. csütörtök (00475)	Tojásmentes 1-3 év	R	Tej 2,8 % 1,1	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
			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		
		T	Gyümölcsle 100%-os	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00		
		E	Csirke raguleves B	350,15	83,77	8,81	3,55	0,62	3,96	0,10	0,11		
			Diós tészta B*tojásm.	1 064,01	254,55	3,43	9,76	2,19	37,95	6,99	0,10		
		U	Harcsapástétom 130g	181,35	43,39	0,00	3,95	0,53	0,77	0,03	0,20		
			Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
			Összesen:	3 277,06	783,99	27,37	22,86	5,97	112,94	8,25	1,74		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

