



Tételes étlap 2024.03.11. - 2024.03.17.

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. 11. 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			
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15			
	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40			
	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 Sárgaborsó leves pulyka O*G.M.	922,04	220,58	13,69	8,07	1,57	22,89	0,00	1,28			
	Krumplis tészta ovi*GTM	1 592,29	380,93	6,00	8,66	1,08	68,38	0,00	1,13			
	Csemege uborka	34,52	8,26	0,36	0,06	0,00	1,56	0,00	1,44			
	U Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,10	0,90			
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,00	0,15		
	Kenyér gluténmentes	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52			
		Összesen:	5 077,76	1 210,85	27,69	54,51	14,39	151,33	18,18	6,75		





2024. 03. 12.

kedd

(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			
	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			
	Kenyér gluténmentes	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52			
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01			
	E	Zöldségleves O*G.M.	293,46	70,21	1,81	3,16	0,34	8,39	0,00	0,84		
		Sült hal ovi	763,59	182,68	17,18	9,14	1,49	7,78	0,00	0,90		
		Parajfőzelék ovi* G.T.M.	636,76	152,34	4,54	5,58	0,60	20,81	2,00	0,85		
		Tört burgonya féladag ovi*	286,41	68,52	2,00	0,16	0,02	14,72	0,00	0,60		
		Abonett 100g	430,75	0,00	5,50	0,71	0,09	18,55	0,00	0,32		
U	EUROFOUD májkrém kféle 50 gr	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Abonett 100g	574,33	0,00	7,33	0,94	0,12	24,73	0,00	0,43			
Összesen:		4 449,22	823,96	43,08	37,48	8,07	137,50	20,08	5,07			





2024. 03. 13. szerda (00470) Tojás-gluténmentes 4-6 év												
2024. 03. 13. szerda (00470) Tojás-gluténmentes 4-6 év	T	Gyümölcsle 100%-os	427,85	102,36	1,30	0,36	0,00	21,80	0,00	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	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52		
		Sárgarépa friss	33,63	8,04	0,24	0,04	0,01	1,62	0,00	0,06		
	E	Paradicsom leves ovi* to	416,98	99,76	1,97	3,16	0,34	15,69	4,00	0,90		
		Brokkoli-srúpás csirkeraguOGTM	621,84	148,76	14,76	8,22	2,05	3,75	0,05	1,56		
		Petrezselymes rizsköret O*	1 119,30	267,78	4,89	6,68	0,77	46,70	0,00	0,80		
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	U	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		574,33	0,00	7,33	0,94	0,12	24,73	0,00	0,43			
Összesen:		4 499,82	939,11	33,43	42,04	9,41	137,87	4,15	5,15			
2024. 03. 14. csütörtök (00470) Tojás-gluténmentes 4-6 év	T	Karamellás tej O* T.M.	517,13	123,72	0,72	1,91	0,24	25,77	17,98	0,00		
		Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	13,58	0,01		
		Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
	E	Zellerkrémleves mir. oviG.T.M.	445,64	106,61	1,20	5,96	0,70	11,68	0,60	1,05		
		Bolognai Spagetti O*G.T.M.	1 517,76	363,10	14,46	11,93	2,51	49,04	0,00	1,58		





2024. 03. 14. csütörtök (00470) Tojás-gluténmentes 1. é. á. v.	U	Paprikás szalámi	357,39	85,50	2,70	6,24	3,20	0,15	0,08	0,60		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
		Puffasztott rizs	639,36	152,96	2,80	0,36	0,13	35,11	0,00	0,01		
		Póréhagyma	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,00		
		Összesen:	4 669,99	1 117,23	22,87	39,30	10,23	162,73	32,24	4,18		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

