



2026. 03. 16.

hétfő

(00472)



2026. 03. 17. kedd	(00472) Tej-tojás-szójamentes 1-3 év	R	Csipkebogyótea bölcsi	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00		
			Zalaikrém házi bölcsi T.M.	440,12	105,29	4,69	9,47	3,13	0,20	0,02	0,80		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
		T	Körte	110,76	26,50	0,20	0,15	0,00	6,00	0,00	0,00		
			Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01		
		E	Karfiolkrémleves bölcsi*T.M.	281,94	67,45	0,96	4,81	0,54	5,00	0,40	0,99		
			Bolognai Spagetti b T.To.M.	1 305,60	289,89	7,78	12,62	3,32	41,54	0,00	0,38		
		U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
			Abonett 100g	289,26	69,20	3,00	0,66	0,12	12,00	0,22	0,16		
			Banán	219,39	52,48	0,65	0,05	0,00	12,10	0,00	0,03		
			Összesen:	4 072,86	951,90	25,60	40,45	17,27	125,63	10,59	3,29		





2026. 03. 18. szerda													
Tej-tojás-szójamentes 1-3 év (00472)													
R	Rizsital	261,97	62,67	0,54	1,43	0,18	11,84	5,99	0,00				
	Kukoricapehely (corn flakes)	244,53	58,50	1,13	0,47	0,17	12,30	5,13	0,28				
	T Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06				
	E Sertés pörkölt bölcsi	476,62	114,02	8,91	8,07	1,68	1,74	0,17	0,64				
	Karalábéfőzelék bölcsi*T.M.	562,16	134,49	4,40	4,38	0,48	19,07	1,20	0,78				
	U Harcsapástétom 50g	349,03	83,50	0,00	7,60	1,03	1,48	0,05	0,33				
	Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77				
	Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00				
Összesen:		3 098,60	741,29	22,83	22,95	3,78	106,71	14,38	2,86				
2026. 03. 19. csütörtök													
Tej-tojás-szójamentes 1-3 év (00472)													
R	Kókuszital	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05				
	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40				
	Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,04	0,10				
	Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77				
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01				
T	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11				
E	Szárnyasmáj rizottó mir b*TM	1 310,34	313,48	17,00	8,01	1,53	42,96	0,00	0,51				
	Uborka saláta B*	59,58	14,25	0,36	0,04	0,00	3,11	2,50	0,11				
U	Sajt helyettesítő, szeletelt (	244,11	58,40	0,10	4,60	3,20	4,20	0,00	0,40				





2026. 03. 19. csütörtök	(00472) Tej-tojás- szójamentes 1	U	Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,04	0,10		
			Puffasztott rizs	645,39	154,40	3,28	0,84	0,20	32,96	0,72	0,00		
			Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
			Összesen:	5 706,17	1 069,41	34,21	76,49	48,70	140,03	8,35	2,57		
2026. 03. 20. péntek	(00472) Tej-tojás-szójamentes 1-3 év	R	Rizsital	261,97	62,67	0,54	1,43	0,18	11,84	5,99	0,00		
			Padlizsánkrém*TM	20,33	4,86	0,22	0,05	0,00	0,87	0,00	0,60		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		E	Rakott burg kolbásszal B*TTM	1 307,16	312,72	10,28	14,61	3,72	34,48	0,65	0,98		
			Csemege uborka	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20		
		U	Szendvicskrém, vegán (diétás)	153,62	36,75	0,15	3,60	3,15	0,96	0,00	0,21		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
			Összesen:	3 387,28	810,35	24,63	21,82	7,51	125,59	10,32	4,54		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

