



Tételes étlap 2024.03.18. - 2024.03.24.

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. 18. hétfő (00703) Tej-tojás-szójamentes 4-6év	T Citromos tea ovi	307,05	73,46	0,08	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00			
	Harcspástétom 130g	217,62	52,06	0,00	4,74	0,64	0,92	0,04	0,23			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	E Frankfurti leves ovi*T.T.szója	622,67	148,96	5,71	9,35	2,50	10,57	0,15	0,97			
	Darás metélt Ovi* T.T.M.	1 674,88	400,69	3,41	4,38	0,42	86,40	22,45	0,40	 		
	Barackíz	181,25	43,36	0,08	0,00	0,00	10,70	9,35	0,00			
	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01			
	U Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,10	0,90			
	Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,00	0,10		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
		Összesen:	5 328,04	1 274,64	27,00	36,71	9,72	203,88	51,57	4,15		





2024. 03. 19. kedd		Tej-tojás-szójamentes 4-6év (00703)									
T	Citromos tea ovi	307,05	73,46	0,08	0,02	0,00	18,11	17,98	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	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		
	Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
	E	Csontleves ovi*tojasm.	171,62	41,06	1,69	1,05	0,14	6,21	0,00	0,85	
		Sertés pörkölt O*	816,77	195,40	10,12	16,03	5,00	2,42	0,00	0,89	
		Babfőzelék O*	1 015,04	242,83	13,93	4,39	0,53	36,62	0,00	0,50	
		Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
	U	Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	13,58	0,01	
Zsemle		726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
Összesen:		4 994,78	1 194,92	44,42	37,64	10,58	165,89	33,54	4,80		
2024. 03. 20. szerda		Tej-tojás-szójamentes 4-6év (00703)									
T	Tejeskávé ovi T.M.	435,98	104,30	0,74	1,91	0,24	20,93	12,99	0,00		
	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	0,00	0,10		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
E	Zöldborsóleves O* T.M.	339,24	81,16	2,61	3,89	0,43	8,79	0,00	1,26		
	Borsos tokány O* TM.	723,68	167,65	13,12	11,36	2,52	4,38	0,00	1,16		





2024. 03. 20. szerda											
(00703) Tej-tojás-szójamentes 4-6év											
E	Tészta köret Farfalle O*G.M.	873,10	208,87	0,96	3,20	0,32	43,80	0,00	0,49		
	Káposztasaláta ovi	177,90	42,56	1,33	0,17	0,02	8,65	4,00	0,33		
	U	Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
	Összesen:		4 739,11	1 128,27	33,36	33,37	7,33	171,77	34,79	5,28	
T	Kókusztej	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07		
	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		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
	E	Rántott leves O*tojásm.	214,48	49,54	0,53	3,90	0,44	3,53	0,00	0,89	
		Tavaszi rizseshús (pulyka)O*TM	1 486,73	355,68	18,07	11,55	2,55	44,34	0,00	1,36	
	U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
		Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96	
	Összesen:		5 411,46	898,58	32,36	73,86	45,47	129,84	1,85	4,77	





2024. 03. 22.

péntek

(00703)
Tej-tojás-szójamentes 4-6év

T	Kakaó ovi T.M.	582,50	139,35	1,65	2,99	0,88	26,30	17,98	0,01		
	Paprikás szalámi	476,52	114,00	3,60	8,32	4,26	0,20	0,10	0,80		
	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	Ribizke leves O*TM	353,47	84,56	0,47	0,16	0,00	19,17	7,99	0,01	
		Natúr Csirkemell ovi tojás	669,71	160,22	18,24	7,27	0,91	5,28	0,00	0,92	
		Burgonyapüré Karfiolos O*T.M.	650,92	155,72	4,22	2,87	0,71	27,57	0,00	0,47	
	U	Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01	
		Abonett 100g	574,33	0,00	7,33	0,94	0,12	24,73	0,00	0,43	
Összesen:		4 708,72	985,16	42,93	34,22	9,96	150,93	26,82	3,57		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

