



Tételes étlap 2025.03.24. - 2025.03.30.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 03. 24. hétfő (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	T EUROFOOD baromfikrém csirkemáj	126,15	30,18	2,02	1,97	0,59	0,98	0,00	0,14		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	E Lencseleves húsos I*T.M.	1 127,62	269,77	17,12	8,96	1,43	29,82	0,00	1,91		
	Tejbedara szórattal I* T.M.	1 792,70	428,88	7,28	4,08	0,84	89,12	41,96	0,19		
	Kakaós porcukor suli*	401,04	95,94	1,05	0,75	0,34	20,44	19,98	0,12		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	U Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
	Gyümölcslé 0,2- es 100%	192,28	46,00	0,00	0,00	0,00	11,00	10,00	0,00		
	Összesen:	5 485,01	1 306,33	35,43	21,56	5,11	238,73	75,03	4,35		





2025. 03. 25.

kedd

(00549)

Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év

T	Zala felvágott	273,37	65,40	3,90	5,40	2,22	0,33	0,00	0,66			
	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20			
	Zsemle	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			
	E	Zöldségleves suli*tej-tojás m.	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33		
		Csirke aprópecsenye I*TM	290,96	69,61	0,72	6,73	0,74	2,14	0,27	0,89		
		Tökfőzelék I* T.M.	630,90	90,21	4,27	4,09	0,42	23,82	0,80	1,05		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	U	Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	16,13	0,01		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
Összesen:		4 575,74	1 033,96	30,65	36,75	8,30	156,49	22,80	6,46			





2025. 03. 26. szerda (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év												
2025. 03. 26. szerda (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	T	Szendicskrém, vegán (diétás)	204,82	49,00	0,20	4,80	4,20	1,28	0,00	0,28		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		Karalábé	48,12	11,51	0,63	0,06	0,01	2,07	0,00	0,04		
	E	Karfiol leves I* (fehér)TM	336,51	80,51	1,31	6,70	0,76	3,60	0,00	1,25		
		Hentes tokány I*	888,88	209,37	18,39	13,00	3,75	5,28	0,03	1,41		
		Tészta köret orsó I*	1 424,47	340,78	12,00	6,43	0,92	58,32	0,00	0,89		
	U	Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,00	0,90		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		Összesen:	5 319,87	1 269,42	49,67	56,01	17,70	139,27	3,79	6,51		
2025. 03. 27. csütörtök (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	T	Párizsi sertés	294,69	70,50	3,00	6,33	2,16	0,66	0,15	0,60		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
		Zsemle	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		
	E	Gombaleves I* magyaros D.	387,02	92,59	3,93	4,86	0,55	8,11	0,00	1,82		
		Sült hal isk	848,29	202,94	20,31	9,39	1,65	8,36	0,06	1,11		
		Zelleres Burgonyap. I*G.T.M.	1 137,50	272,13	5,91	5,64	1,36	48,10	2,42	1,53		





2025. 03. 27	00549	U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11	
			Összesen:	4 484,24	1 072,79	41,19	52,76	19,69	106,67	7,66	6,14	
2025. 03. 28. péntek	(00549)	T	Harcspástétom 130g	453,37	108,46	0,00	9,88	1,33	1,92	0,08	0,49	
			Zsemle	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	
		E	Zöldborsóleves cs.májjal I*TM	788,44	188,62	14,30	7,59	1,29	15,35	0,00	1,33	
			Zöldséges combragu I*T.M.	741,91	166,54	23,18	6,20	1,40	6,96	0,00	0,99	
			Petrezselymes rizsköret I*	1 408,85	337,05	6,49	6,74	0,78	62,20	0,00	0,80	
		U	Paprikás szalámi	476,52	114,00	3,60	8,32	4,26	0,20	0,00	0,80	
			Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20	
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	
				Összesen:	5 868,69	1 393,05	60,41	54,38	13,32	155,76	3,84	6,16

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

