



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 (00521) Tej-tojás-gabonamentes 7-14 év	T EUROFOOD baromfikrém csirkemáj	126,15	30,18	2,02	1,97	0,59	0,98	0,00	0,14		
	Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
	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		
	Gluténmentes fahéjas csiga	2 262,00	541,14	2,20	19,80	8,60	87,40	13,80	0,20		
	Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01		
	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:	5 357,05	1 275,71	23,77	37,76	12,90	208,08	25,05	4,24			
2025. 03. 25. kedd (00521) Tej-tojás-gabonamentes 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		
	Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
	E Zöldségleves suli*G.M.	389,40	93,16	1,79	4,15	0,46	11,35	0,03	1,35		
	Csirke aprópecsenye I*TM	290,96	69,61	0,72	6,73	0,74	2,14	0,27	0,89		
	Tökfőzelék I* G.T.M.	638,95	92,14	2,48	4,26	0,48	24,60	0,87	1,04		





2025. 03. 25. kedd											
(00521) Tej-tojás- gabonamentes											
E	Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32		
U	Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	16,13	0,01		
	Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03		
	Összesen:	4 201,12	944,35	16,75	38,48	8,57	143,52	20,32	5,29		
2025. 03. 26. szerda											
(00521) Tej-tojás-gabonamentes 7-14 év											
T	Szendicskrém, vegán (diétás)	204,82	49,00	0,20	4,80	4,20	1,28	0,00	0,28	 	
	Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
	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* G.M.	1 359,80	322,02	15,38	26,88	9,22	4,99	0,00	1,96	 	
	Tészta köret orsó isi*G.M.	1 164,13	278,50	1,28	4,27	0,42	58,40	0,00	0,00		
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		
	Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03		
	Összesen:	5 286,37	1 261,40	24,86	68,70	22,84	134,90	2,58	5,44		





2025. 03. 27. csütörtök												
2025. 03. 28. péntek												
Tej-tojás-gabonamentes 7-14 év (00521)	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		
		Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
		Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00		
	E	Gombaleves I* magyaros G.M,	491,44	117,57	4,91	5,09	0,58	12,35	0,04	1,26		
		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		
	U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
	Összesen:		4 350,90	1 040,89	36,34	54,52	20,09	100,17	5,86	5,59		
	Tej-tojás-gabonamentes 7-14 év (00521)	T	Harcspástétom 130g	453,37	108,46	0,00	9,88	1,33	1,92	0,08	0,49	
Bagett gluténmentes 60g			489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
Uborka(kígyó)			14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
E		Zöldborsóleves cs.májjal I*GTM	790,74	189,17	13,79	7,64	1,31	15,58	0,02	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			





2025.	03. 28	(00521 ,	U	Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03	
Összesen:					5 626,91	1 335,21	48,82	55,40	13,51	151,83	2,68	5,43	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

