



Tételes étlap 2024.03.25. - 2024.03.31.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 03. 25. hétfő (00475) Tojásmentes 1-3 év	R Csipkebogyótea bölcsi	87,22	20,87	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00		
	Kefír	193,45	46,28	4,76	0,14	0,08	6,44	0,00	0,42		
	Barackíz	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	12,46	0,00		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	T Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	E Sertés aprópecsenye B*	707,12	169,17	9,08	13,89	4,48	1,79	0,01	1,01		
	Zöldbabfőzelék B. GTM	563,30	134,76	5,06	4,50	0,46	18,09	0,00	0,02		
	U Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,08	0,52	 	
	Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06		
	Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		
	Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
	Összesen:	3 401,79	813,83	34,39	23,06	6,13	113,51	18,78	3,63		
	2024. 03. 26. kedd (00475) Tojásmentes 1-3 év	R Tej 1,5dl bölcsi	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17	
Trappista sajt, zsíros, félkem		310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49	 	
Margarin, csészés 32% zsírt.		106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06		
Zsemle		726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		





2024. 03. 26. kedd (00475) Tojásmentes 1-3 év												
R	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01			
T	Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06			
E	Natúr sertéskaraj bölcsi	550,13	131,61	11,23	7,82	1,87	3,92	0,00	0,71			
	Tört burgonya bölcsi*	470,34	112,52	3,00	0,24	0,03	24,00	0,00	0,26			
	Céklasaláta, csemege szeletelt	106,15	25,40	0,52	0,04	0,00	5,56	3,20	0,49			
U	Húskrém csirke bölcsi T.M.	329,16	78,75	4,17	6,69	1,51	0,38	0,00	0,99	 		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	Póréhagyma	23,12	5,53	0,33	0,05	0,00	0,95	0,00	0,00			
Összesen:		4 180,91	1 000,22	43,99	28,91	10,42	136,33	4,70	4,78			
2024. 03. 27. szerda (00475) Tojásmentes 1-3 év												
R	Tej 1,5dl bölcsi	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17			
	Kukoricapehely (corn flakes)	259,65	62,12	0,69	1,47	0,66	11,39	0,00	0,00			
	Vaj 100g háromnegyed zsíros	31,52	7,54	0,01	0,83	0,52	0,01	0,01	0,00			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
T	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01			
E	Bazsalikomos csirkemáj B*T.M.	404,92	96,87	12,01	4,55	1,14	1,88	0,00	0,59			
	Karfiolfőzelék mir. bölcsi T.M.	528,22	126,37	4,90	4,87	0,54	15,57	2,00	1,03			
U	EUROFOUD májkrém kféle 50 gr	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			





2024. 03. 28. csütörtök		00475											
2024. 03. 27		00475											
2024. 03. 28. csütörtök	(00475) Tojásmentes 1-3 év	U	Sárgarépa friss	16,81	4,02	0,12	0,02	0,00	0,81	0,00	0,03		
			Összesen:	3 245,26	776,37	35,93	17,76	5,60	114,65	3,51	3,37		
		R	Csipkebogyótea bölcsi	87,22	20,87	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00		
			Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40		
			Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
			Paradicsom	27,47	6,57	0,30	0,06	0,01	1,20	0,00	0,00		
		T	Gyümölcslé 100%-os	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00		
		E	Fűszeres halfalatok B*	456,61	109,24	12,11	6,60	1,10	0,30	0,00	0,08		
			Zelleres Burgonyap. B* TM.	688,63	164,74	3,94	2,00	0,43	31,48	1,60	1,09		
		U	Szel.Trap.sajt	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49		
			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		
			Összesen:	3 807,04	910,77	37,12	29,81	9,61	118,30	8,20	3,76		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

