



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 (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év	T Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
	EUROFOOD baromfifrém csirkemáj	105,13	25,15	1,68	1,64	0,49	0,82	0,00	0,12		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E Lencseleves húsos O*T.T.M.	941,60	225,26	12,41	9,68	2,18	21,84	0,00	1,27		
	Tejbedara szóráttal O. T.M.	1 334,94	319,36	5,74	3,21	0,64	65,67	27,97	0,14		
	Kakaós porcukor ovi*	324,54	77,64	0,63	0,45	0,20	17,26	16,98	0,07		
	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
	U Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96		
	Gyümölcsle 0,2- es 100%	192,28	46,00	0,00	0,00	0,00	11,00	10,00	0,00		
	Összesen:	4 823,58	1 150,03	28,24	19,51	5,08	211,43	75,77	3,34		





2025. 03. 25.

kedd

(00547)

Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év

T	Kókusztej	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07		
	Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,00	0,44		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	E	Zöldségleves ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06	
		Csirke aprópecsenye O*TM	242,56	58,03	0,48	5,72	0,63	1,52	0,17	0,56	
		Tökfőzelék O* T.M.	435,43	58,63	2,82	3,04	0,32	16,07	0,80	0,83	
		Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,92	0,39	
	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:		5 332,31	835,87	27,80	71,47	44,11	134,09	21,76	5,06	





2025. 03. 26.

szerda

(00547)

Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év

T	Vaniliás tej 2 dl ovi*TM	553,05	132,31	0,74	1,93	0,24	27,94	14,99	0,00			
	Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,00	0,90			
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77			
	E	Karfiol leves O* (fehér)TM	204,39	48,90	0,94	3,86	0,44	2,50	0,00	0,93		
		Hentes tokány O*	646,82	152,55	13,74	9,50	2,85	3,40	0,03	1,03		
		Tészta köret orsó ovi*tojás	873,10	208,87	0,96	3,20	0,32	43,80	0,00	0,00		
	U	Szendicskrém, vegán (diétás)	153,62	36,75	0,15	3,60	3,15	0,96	0,00	0,21		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03		
Összesen:		4 747,32	1 133,53	34,08	43,65	14,11	148,68	18,76	4,79			





2025. 03. 27. csütörtök		2025. 03. 28. péntek									
Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év (00547)	T	Kakaó ovi T.M.	582,50	139,35	1,77	2,66	0,58	26,23	17,98	0,12	
		Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40	
		Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15	
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	
		Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
	E	Gombaleves O* magyaros	339,69	81,27	2,83	4,81	0,54	6,51	0,00	0,83	
		Sült hal ovi	768,29	183,80	16,29	9,05	1,50	8,36	0,06	0,89	
		Zelleres Burgonyap. ovi*G.T.M.	1 035,39	247,70	5,38	5,14	1,25	43,77	2,02	1,61	
	U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11	
		Összesen:	4 585,87	1 097,09	36,20	48,87	18,33	125,72	25,17	4,88	
Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év (00547)	T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00	
		Harcspástétom 130g	272,02	65,08	0,00	5,93	0,80	1,15	0,05	0,29	
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	
		Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
	E	Zöldborsóleves cs.májjal O*TM	523,21	125,17	9,51	5,06	0,86	10,12	0,00	0,89	
		Zöldséges combragu O*T.M.	571,90	22,18	18,33	4,81	1,11	4,85	0,00	0,80	





2025. 03. 28. péntek (00547) Tej-toj.-marhahús- mennyiség 1 főre	E	Petrezselymes rizsköret O*	1 119,30	267,78	4,89	6,68	0,77	46,70	0,00	0,60	
	U	Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,00	0,44	
		Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15	
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	
		Összesen:	4 838,77	1 042,96	48,15	38,24	8,33	150,09	21,77	4,72	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

