



Tételes étlap 2024.03.25. - 2024.03.31.

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. 25. hétfő (00470) Tojás-gluténmentes 4-6 év	T Citromos tea ovi	307,05	73,46	0,08	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00			
	EUROFOUD májkrém kféle 50 gr	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Abonett 100g	574,33	0,00	7,33	0,94	0,12	24,73	0,00	0,43			
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
	E Lencseleves húsos O*GTM	843,78	201,86	12,77	6,93	1,13	21,85	0,00	1,28			
	Tejberizs O* G.TM.	1 420,34	339,79	3,76	3,60	0,67	72,68	32,97	0,03			
	Kakaós porcukor ovi*	324,54	77,64	0,56	0,65	0,38	17,30	16,98	0,00			
	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	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 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00			
		Összesen:	4 961,96	1 045,75	26,63	16,70	3,98	230,87	69,18	2,95		





2024. 03. 25. hétfő		(00493) Tej-és tojásmentes 4-6 év											
2024. 03. 25. hétfő	(00493) Tej-és tojásmentes 4-6 év	T	Citromos tea ovi	307,05	73,46	0,08	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
			EUROFOUD májkrém kféle 50 gr	0,00	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		
			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 szórattal O. T.M.	1 334,94	319,36	5,59	3,61	1,00	65,75	27,97	0,01		
			Kakaós porcukor ovi*	324,54	77,64	0,56	0,65	0,38	17,30	16,98	0,00		
			Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
		U	Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
			Gyümölcsle 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
	Összesen:	5 126,87	1 222,60	27,02	19,33	5,47	233,47	64,93	3,26				
2024. 03. 26. kedd	(00470) Tojás-gluténmentes 4-6 év	T	Kókusztej	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07		
			Téliszalámi	324,16	77,55	3,45	7,05	2,85	0,08	0,08	0,68		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
			Kenyér gluténmentes	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52		
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
		E	Zöldborsóleves cs.májjal O*GTM	523,47	125,23	9,41	5,11	0,87	10,11	0,00	0,89		





2024. 03. 26.
kedd

(00470) Tojás-gluténmentes 4-6 év.	E	Zöldséges combragu O*T.M.	571,90	22,18	18,33	4,81	1,11	4,85	0,00	1,29		
		Petrezselymes rizsköret O*	1 119,30	267,78	4,89	6,68	0,77	46,70	0,00	0,80		
	U	Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	13,58	0,01		
		Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
	Összesen:		5 649,47	842,65	41,11	79,85	47,08	123,02	13,66	5,20		
	(00493) Tej-és tojásmentes 4-6 év	T	Kókusztej	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07	
			Téliszalámi	324,16	77,55	3,45	7,05	2,85	0,08	0,08	0,68	
			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	
			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	1,29		
		Petrezselymes rizsköret O*	1 119,30	267,78	4,89	6,68	0,77	46,70	0,00	0,80		
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:		6 322,86	1 003,75	53,05	78,40	46,73	152,44	15,16	5,44			





2024. 03. 27.
szerda

(00470) Tojás-gluténmentes 4-6 év	T	Kakaó ovi T.M.	582,50	139,35	1,65	2,99	0,88	26,30	17,98	0,01		
		Paprikás szalámi	357,39	85,50	2,70	6,24	3,20	0,15	0,08	0,60		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
		Puffasztott rizs	639,36	152,96	2,80	0,36	0,13	35,11	0,00	0,01		
	E	Gyümölcsle 100%-os	427,85	102,36	1,30	0,36	0,00	21,80	0,00	0,01		
		Hentes tokány (s.lapocka) O*	982,86	232,50	11,63	19,35	6,25	3,35	0,02	1,04		
		Tészta köret orsó ovi*tojás	873,10	208,87	0,96	3,20	0,32	43,80	0,00	0,00		
		Savanyú káposzta	49,90	11,94	0,66	0,12	0,00	2,04	0,00	0,53		
	U	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
		Kenyér gluténmentes	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52		
Karalábé		32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03			
Összesen:		5 032,79	1 201,38	22,42	54,34	16,68	149,65	18,08	3,05			
(00493) Tej-és tojásmentes 4-6 év	T	Kakaó ovi T.M.	582,50	139,35	1,65	2,99	0,88	26,30	17,98	0,01		
		Paprikás szalámi	357,39	85,50	2,70	6,24	3,20	0,15	0,08	0,60		
		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		





2024. 03. 27. szerda (00493)		Tej-és tojásmentes 4-6 év										
E	Gyümölcslé 100%-os	427,85	102,36	1,30	0,36	0,00	21,80	0,00	0,01			
	Hentes tokány (s.lapocka) O*	982,86	232,50	11,63	19,35	6,25	3,35	0,02	1,04			
	Tészta köret orsó ovi*tojás	873,10	208,87	0,96	3,20	0,32	43,80	0,00	0,00			
	Savanyú káposzta	49,90	11,94	0,66	0,12	0,00	2,04	0,00	0,53			
	U	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		
		Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03		
Összesen:		5 556,14	1 326,58	31,88	54,92	16,81	167,48	19,58	4,06			
2024. 03. 28. csütörtök (00470)		Tojás-gluténmentes 4-6 év										
T	Citromos tea ovi	307,05	73,46	0,08	0,02	0,00	18,11	17,98	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	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15			
	Abonett 100g	574,33	0,00	7,33	0,94	0,12	24,73	0,00	0,43			
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00			
E	Gombaleves O* G.T.M.	340,22	81,39	2,64	4,92	0,56	6,50	0,00	0,83			
	Sült hal ovi	763,59	182,68	17,18	9,14	1,49	7,78	0,00	0,90			
	Zelleres Burgonyap. ovi*G.T.M.	1 035,39	247,70	5,38	5,14	1,25	43,77	2,00	1,61			
U	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			





2024. 03. 28.
csütörtök

Tej-és tojásmentes 4-6 év	00470	U	Puffasztott rizs	639,36	152,96	2,80	0,36	0,13	35,11	0,00	0,01	
			Összesen:	4 744,26	997,59	39,91	46,34	10,92	138,22	20,18	5,04	
	00493	T	Citromos tea ovi	307,05	73,46	0,08	0,02	0,00	18,11	17,98	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	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	Gombaleves O* magyaros	339,69	81,27	2,83	4,81	0,54	6,51	0,00	0,83	
			Sült hal ovi	763,59	182,68	17,18	9,14	1,49	7,78	0,00	0,90	
			Zelleres Burgonyap. ovi*G.T.M.	1 035,39	247,70	5,38	5,14	1,25	43,77	2,00	1,61	
		U	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	
			Összesen:	4 983,68	1 192,27	42,47	46,55	11,11	146,93	21,68	6,14	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

