



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 (00533) Törökgyoró mentes 4-6 év	<b>T</b> Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
	EUROFOOD baromfifkrém 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		
	<b>E</b> Lencseleves húsos O*T.T.M.	941,60	225,26	12,41	9,68	2,18	21,84	0,00	1,27		
	Tejbedara O*	941,30	225,19	8,68	3,20	1,63	40,27	14,99	0,27		
	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		
	<b>U</b> Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96		
	Gyümölcslé 0,2- es 100%	192,28	46,00	0,00	0,00	0,00	11,00	10,00	0,00		
		Összesen:	4 429,94	1 055,86	31,18	19,50	6,07	186,03	62,79	3,47	





2025. 03. 25.

kedd

(00533)

Törökmogyoró mentes 4-6 év

<b>T</b>	Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15	
	Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,00	0,44	
	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	
<b>E</b>	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	
<b>U</b>	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:		4 088,10	932,47	30,56	31,81	7,91	139,07	21,76	5,26	





2025. 03. 26. szerda (00533) Törökgyoró mentes 4-6 év												
2025. 03. 26. szerda (00533) Törökgyoró mentes 4-6 év	T	Vaniliás tej 2 dl ovi*	607,55	145,35	6,82	3,02	1,63	22,75	6,99	0,27		
		Téliszalámi	324,16	77,55	3,45	7,05	2,85	0,08	0,00	0,68		
		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*G.M.	994,71	237,97	11,49	19,20	6,61	4,44	0,00	1,09		
		Tészta köret orsó O*	1 068,35	255,59	9,00	4,82	0,69	43,74	0,00	0,77		
	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:		5 236,91	1 252,86	44,80	53,71	18,68	144,45	10,73	5,67			
2025. 03. 27. csütörtök (00533) Törökgyoró mentes 4-6 év	T	Kakaó ovi	636,99	152,39	7,85	3,75	1,97	21,05	9,99	0,38		
		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 D.	303,94	72,71	2,83	3,88	0,44	6,47	0,00	0,83		
		Sült hal ovi	768,29	183,80	16,29	9,05	1,50	8,36	0,06	0,89		





2025. 03. 27.		(00533)		Törökgyöngy							
E	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:		4 604,61	1 101,57	42,28	49,03	19,62	120,50	17,18	5,14		
2025. 03. 28. péntek		(00533)		Törökgyöngyó mentes 4-6 év							
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		
	Petrezselymes rizsköret O*	1 119,30	267,78	4,89	6,68	0,77	46,70	0,00	0,60		
U	Paprikás szalámi	357,39	85,50	2,70	6,24	3,20	0,15	0,00	0,60		
	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:		5 013,91	1 084,86	48,25	40,88	10,05	150,02	21,77	4,88		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

