



Tételes étlap 2025.03.31. - 2025.04.06.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 03. 31. hétfő (00525) Tejmentes 7-14 év	T Fekete áfonya dzsem	304,66	72,89	0,08	0,00	0,00	17,91	17,91	0,01		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	E Tavaszi leves I* diéta	372,56	89,13	2,63	5,02	0,54	8,27	0,10	1,12		
	Chilis bab I*	2 417,43	554,24	23,87	31,56	8,32	49,00	0,00	4,82		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	Műzliszelet 20g	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	0,00	0,00		
	U Sonkaszalámi	109,10	26,10	3,36	0,84	0,33	1,29	0,15	0,84		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	Összesen:	5 918,27	1 391,77	49,89	47,65	11,28	190,88	23,68	9,22		
2025. 04. 01. kedd (00525) Tejmentes 7-14 év	T EUROFOOD baromfikrém csirkemáj	210,25	50,30	3,37	3,28	0,98	1,64	0,00	0,24		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	Sárgarépa friss	50,44	12,07	0,36	0,06	0,01	2,43	0,00	0,09		
	E Legényfogó leves I*T.M.	588,52	140,80	10,81	6,36	1,44	9,84	0,40	1,13		
	Gránátos kocka I*	2 084,32	498,64	14,93	12,28	1,58	81,10	0,00	1,30		
	Csemege uborka	46,03	11,01	0,48	0,08	0,00	2,08	0,00	1,92		





2025. 04. 01.	(00525) Tejmentes 7-14 év	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:	4 774,37	1 142,20	36,95	27,17	5,92	184,06	13,49	6,65		
2025. 04. 02.	(00525) Tejmentes 7-14 év szerda	T	Olasz felvágott	355,00	84,93	2,56	4,70	3,20	0,20	0,00	0,32		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		E	Orjaleves tésztabetéttel I*TM	369,01	88,28	3,63	3,07	0,40	11,51	0,00	0,17		
			Mediterán pulykatokányl*T.M.	1 031,84	239,18	21,46	15,24	3,78	5,62	0,00	3,28		
			Bulgur köret I*TM	1 568,57	375,26	11,06	8,62	1,05	68,28	0,00	0,63		
			Savanyú káposzta	66,53	15,92	0,88	0,16	0,00	2,72	0,00	0,71		
		U	Abonett 100g	723,14	173,00	7,50	1,65	0,30	30,00	0,55	0,41		
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
			Összesen:	5 590,25	1 329,72	53,98	48,85	12,76	163,18	2,47	6,51		
2025. 04. 03.	(00525) Tejmentes 7-14 év csütörtök	T	Főtt tojás isk*	138,10	33,04	2,70	2,40	0,62	0,12	0,00	0,07		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		





2025. 04. 03. csütörtök (00525) Tejmentes 7-14 év												
E	Zöldségleves suli*tej-tojás m.	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33			
	Sertés pörkölt I*	1 228,92	294,00	15,45	24,81	7,40	3,62	0,68	1,18			
	Zöldbabfőzelék I*T.M.	749,77	179,37	6,86	6,27	0,63	23,36	0,00	0,80			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77			
	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			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77			
Összesen:		6 234,16	1 491,43	50,37	76,33	21,63	141,60	6,36	6,93			
2025. 04. 04. péntek (00525) Tejmentes 7-14 év												
T	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			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77			
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01			
E	Tárkonyos burg.leves I*TM	661,42	158,23	2,80	7,69	0,87	19,06	0,00	0,84			
	Gluténmentes fahéjas csiga	2 262,00	541,14	2,20	19,80	8,60	87,40	13,80	0,20			
U	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20			
	Sajt helyettesítő, szeletelt (366,17	87,60	0,15	6,90	4,80	6,30	0,00	0,60			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77			
Összesen:		6 252,62	1 495,84	22,63	73,44	26,13	182,07	17,64	4,49			





.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

