



Tételes étlap 2024.04.01. - 2024.04.07.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2024. 04. 02. kedd (00474) Tej,toj.,hal,marha,mogyoróm.1-3 év	R Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05			
	Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56			
	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			
	T Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
	E Csirke aprópecsenye*TM	410,01	98,09	12,38	5,14	0,65	0,45	0,00	0,29			
	Párolt rizs B*	901,77	215,73	4,02	4,79	0,56	38,87	0,00	0,50			
	U Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,10	0,44	 		
	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			
	Újhagyma	1,08	0,26	0,01	0,00	0,00	0,06	0,00	0,00			
	Összesen:		4 934,11	884,71	37,22	62,11	35,54	120,30	1,70	3,59		





2024. 04. 03.

szerda

(00474)

Tej, toj., hal, marha, mogyoróm. 1-3 év

R	Csipkebogyótea bölcsi	87,22	20,87	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00	
	Főtt virsli bölcsi	755,74	180,80	9,60	16,00	4,80	0,08	0,00	1,52	   
	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	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01	
E	Pulyka aprópecsenye b	547,64	131,01	11,44	8,95	2,14	1,01	0,00	0,58	
	Paradicsomos káposzta bölcsi*	625,63	149,67	4,36	4,28	0,46	22,81	5,09	0,78	 
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	
	Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00	
	Összesen:	3 757,55	898,93	38,96	31,31	7,88	112,53	11,59	4,43	





2024. 04. 04.
csütörtök

(00474)
Tej,toj.,hal,marha,mogyoróm.1-3 év

R	Rizstej	261,97	62,67	0,54	1,43	0,18	11,84	5,99	0,00		
	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		
	Sárgarépa friss	50,44	12,07	0,36	0,06	0,01	2,43	0,00	0,09		
T	Gyümölcslé 100%-os	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00		
E	Natúr Csirkemell B.	478,36	114,44	13,03	5,19	0,65	3,77	0,00	0,68		
	Burgonyapüré bölcsi*T.M.	717,88	171,74	3,93	1,78	0,38	33,95	2,00	0,83		
	Vegyes friss saláta bölcsi	82,91	19,84	0,66	0,10	0,02	3,96	1,00	0,35		
U	Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	Összesen:	3 643,90	871,75	26,44	20,39	4,71	141,52	10,74	3,79		





2024. 04. 05.

péntek

(00474)

Tej,toj.,hal,marha,mogyoróm.1-3 év

R	Csipkebogyótea bölcsi	87,22	20,87	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00			
	Zabkása B TM	812,40	194,35	4,91	3,47	0,59	35,54	8,99	0,03	 		
	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40			
	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			
	T	Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
	E	Sertés sült bölcsi	416,59	99,66	8,49	6,96	1,58	0,65	0,00	0,48		
		Parajfőzelék mir. bölcsi T,M.	477,19	114,16	5,43	1,37	0,13	19,76	3,31	0,98		
	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:		4 422,29	1 057,96	34,81	24,75	6,10	170,38	32,48	3,60			

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

