



Tételes étlap 2024.04.01. - 2024.04.07.

| Diéta | Étlap tétel | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsír (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének | Fogy. ár |
|--|--------------------------------|--------------|----------------|-------------|----------|------------|----------------|-----------|--------|--------------|----------|
| 2024. 04. 02. kedd (00475) Tojásmentes 1-3 év | R Tej 1,5dl bölcsi | 377,39 | 90,28 | 5,10 | 4,20 | 2,28 | 7,95 | 0,00 | 0,17 | | |
| | 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 Kőrözött túró házi bölcsi* | 184,01 | 44,02 | 4,25 | 2,37 | 1,55 | 1,37 | 1,09 | 0,33 | | |
| | 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: | 3 811,65 | 911,87 | 40,92 | 26,08 | 7,62 | 125,14 | 2,69 | 3,50 | | | |
| 2024. 04. 03. szerda (00475) Tojásmentes 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 | | |





| 2024. 04. 03. szerda (00475) Tojásmentes 1-3 év | | E | Pulyka aprópecsenye b | 547,64 | 131,01 | 11,44 | 8,95 | 2,14 | 1,01 | 0,00 | 0,58 | | |
|---|--|---|--------------------------------|----------|----------|-------|-------|-------|--------|-------|------|--|--|
| | | | Paradicsomos káposzta B. GM. | 626,47 | 149,87 | 4,05 | 4,45 | 0,49 | 22,80 | 5,09 | 0,78 | | |
| | | U | Szel.Trap.sajt | 310,88 | 74,37 | 5,54 | 5,62 | 3,57 | 0,32 | 0,00 | 0,49 | | |
| | | | 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 | | |
| | | | Kaliforniai paprika | 38,70 | 9,26 | 0,30 | 0,09 | 0,01 | 1,81 | 0,00 | 0,00 | | |
| | | | Összesen: | 4 334,88 | 1 037,04 | 44,21 | 44,10 | 13,38 | 112,88 | 11,59 | 5,02 | | |
| 2024. 04. 04. csütörtök (00475) Tojásmentes 1-3 év | | R | Tej 1,5dl bölcsi | 377,39 | 90,28 | 5,10 | 4,20 | 2,28 | 7,95 | 0,00 | 0,17 | | |
| | | | Vajkrém ízesített 25% zsírt. | 90,29 | 21,60 | 0,50 | 2,00 | 1,30 | 0,40 | 0,25 | 0,09 | | |
| | | | 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* | 648,67 | 155,18 | 4,36 | 3,46 | 1,63 | 26,13 | 0,00 | 0,06 | | |
| | | | 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: | 3 514,79 | 840,86 | 31,91 | 19,84 | 7,46 | 130,17 | 3,00 | 3,18 | | |





| | | | | | | | | | | | |
|--|---|-------------------------------|----------|--------|-------|-------|------|--------|-------|------|--|
| 2024. 04. 05. péntek (00475) Tojásmentes 1-3 év | R | Csipkebogyótea bölcsi | 87,22 | 20,87 | 0,06 | 0,01 | 0,00 | 5,08 | 5,00 | 0,00 | |
| | | Zabkása (tejjel)B | 548,35 | 131,19 | 5,61 | 3,82 | 1,73 | 18,36 | 2,00 | 0,13 | |
| | | Zsemle | 726,82 | 173,88 | 6,25 | 0,81 | 0,23 | 34,27 | 0,75 | 0,77 | |
| | | Natúr joghurt 150g 1,5% | 219,78 | 52,58 | 4,48 | 1,96 | 1,40 | 3,92 | 3,36 | 0,14 | |
| | 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 | Minizsem 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: | 3 915,95 | 936,84 | 37,97 | 15,84 | 5,30 | 156,64 | 28,75 | 3,34 | |

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

