



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 (00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6	T Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
	Fekete áfonya dzsem	203,11	48,59	0,05	0,00	0,00	11,94	11,94	0,00		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	E Tavaszi leves O* diéta	246,17	58,89	1,78	3,04	0,33	5,93	0,03	0,89		
	Chilis bab O*	1 777,30	412,05	18,23	21,77	6,03	38,57	0,00	3,84		
	Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,92	0,39		
	Gyümölcspüré 100%-os 100g	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	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	0,06	0,15		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	Összesen:	4 822,98	1 140,67	38,05	37,92	10,01	161,15	34,71	7,37		





2025. 04. 01. kedd (00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6												
2025. 04. 01. kedd (00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6	T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
		EUROFOOD baromfifrém 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	33,63	8,04	0,24	0,04	0,01	1,62	0,00	0,06		
	E	Legényfogó leves O* T.M.	439,19	105,07	7,64	4,81	1,04	7,63	0,48	0,89		
		Gránátos kocka ovi* G.M.	1 413,56	338,17	3,36	8,07	0,87	62,29	0,00	0,60		
		Csemege uborka	34,52	8,26	0,36	0,06	0,00	1,56	0,00	1,44		
	U	Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96		
		Gyümölcsle 0,2- es 100%	192,28	46,00	0,00	0,00	0,00	11,00	10,00	0,00		
	Összesen:		4 059,03	971,05	21,91	20,53	4,47	171,48	31,30	4,96		
2025. 04. 02. szerda (00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6	T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
		Olasz felvágott	266,25	63,70	1,92	3,53	2,40	0,15	0,00	0,24	 	
		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	Orjaleves tésztabetéttel O*GM	265,86	63,60	1,90	1,89	0,24	9,65	0,00	0,08		
		Mediterán pulykatokányO*T.M.	789,92	183,50	17,10	11,44	2,94	4,14	0,00	2,22		
		Bulgur köret O*TM	1 034,02	247,37	7,37	5,44	0,67	45,52	0,00	0,52		





2025. 04. 02. szerda												
(00705) Tej-tojás-marha-hal-f.m.c												
E	Savanyú káposzta	49,90	11,94	0,66	0,12	0,00	2,04	0,00	0,53			
U	Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32			
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
Összesen:		4 563,31	1 086,22	41,72	35,47	9,57	144,94	20,32	4,84			
2025. 04. 03. csütörtök												
(00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6												
T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00			
	Pulykamell sonka	90,29	21,60	2,40	1,00	0,32	0,52	0,26	0,44			
	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			
	Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03			
E	Zöldségleves ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06			
	Sertés pörkölt O*	876,96	209,80	11,54	17,56	5,43	2,47	0,51	0,88			
	Zöldbabfőzelék O* T.M.	538,01	128,71	5,12	4,25	0,42	17,10	0,00	0,60			
	Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,92	0,39			
U	Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,00	0,44			
	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:		4 946,14	1 183,27	39,58	53,38	14,35	133,11	23,47	5,68			





2025. 04. 04.

péntek

(00705)

Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6

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	0,00	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		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	E	Tárkonyos burg.leves O*TM	496,08	118,68	2,10	5,77	0,65	14,30	0,00	0,63	
		Gluténmentes fahéjas csiga	1 131,00	270,57	1,10	9,90	4,30	43,70	6,90	0,10	
	U	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15	
		Sajt helyettesítő, szeletelt (244,11	58,40	0,10	4,60	3,20	4,20	0,00	0,40	
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	
	Összesen:		6 103,64	1 065,93	23,55	92,62	54,99	136,90	10,70	3,73	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

