






















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. 01. hétfő (00101) Normál szoc.otthon	<b>R</b> Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Főtt, füstölt tarja	456,46	109,20	8,40	7,80	3,18	1,38	0,48	1,92			
	Főtt tojás	276,19	66,07	5,40	4,80	1,24	0,24	0,00	0,14			
	Fonott kalacs	2 263,47	541,50	15,71	7,31	4,65	90,45	15,09	1,25	  		
	Ecetes torma konzerv	170,00	40,67	0,58	0,08	0,00	9,35	5,99	0,01			
	<b>T</b> Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	<b>E</b> Húsleves	794,37	190,04	9,84	10,24	1,76	14,21	0,00	2,00	  		
	Csirkepörkölt	1 753,62	419,53	50,74	21,84	4,21	4,46	0,00	2,06			
	Szarvacska tészta	1 620,07	387,58	13,50	7,70	1,09	65,61	0,00	1,54	 		
	Kovászos uborka	47,67	11,40	0,97	0,10	0,00	1,65	0,00	2,98			
	<b>V</b> Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Sajtos tavaszi rolád	680,40	162,78	10,80	13,20	5,59	0,12	0,00	1,80	  		
	Tönköly kenyér	133,34	31,90	11,65	2,69	0,85	56,25	0,41	7,72			
	Összesen:		8 973,46	2 146,76	127,98	75,85	22,57	288,78	66,97	21,42		




















2024. 04. 02. kedd (00101) Normál szoc.otthon													
2024. 04. 02. kedd (00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Sajt kocka 1db / 1,75g.	629,58	150,62	8,36	12,50	7,44	1,00	0,00	1,40	 		
		Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39			
	T	Müzli szelet 20g.	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	E	Kertészleves	664,15	158,89	4,67	9,50	1,10	13,36	0,00	2,42	    		
		Fasírt (magyaros)	1 458,27	348,87	22,83	17,13	3,74	25,43	0,00	1,97	  		
		Lencsefőzelék	2 051,10	490,69	28,80	9,73	0,85	71,41	4,00	2,05	  		
		Rozskenyér	668,80	160,00	5,82	0,87	0,16	31,70	0,47	0,79			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Pástétom 48 g. (kacsa, csirkemáj)	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00			
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 		
		Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00			
		Összesen:	8 731,26	2 088,82	95,75	58,27	14,01	290,62	36,11	12,02			
	2024. 04. 03. szerda (00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
Miniméz 25g.			273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00			
Csészés margarin 20%			213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12			
Kenyér, félbarna			1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 		







2024. 04. 03. szerda (00101) Normál szoc.otthon		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Paradicsomleves	1 046,21	250,29	5,27	7,25	0,77	41,36	14,99	1,56	 	
			Tavaszi rizseshús	3 123,72	747,30	36,16	27,21	5,48	88,47	0,00	5,27		
			Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Csirkemell sonka	461,47	110,40	11,10	0,48	0,12	0,48	0,24	1,56	  	
			Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39		
				Összesen:		9 124,58	2 182,91	81,67	45,65	10,11	341,03	92,17	12,19
2024. 04. 04. csütörtök (00101) Normál szoc.otthon		R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		R	Sült kolbász	2 006,41	480,00	16,25	46,37	16,99	1,25	0,25	2,25		
			Tönköly kenyér	133,34	31,90	11,65	2,69	0,85	56,25	0,41	7,72		
			Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38	 	
			T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
		E		Gombaleves	885,47	211,83	9,50	7,36	0,96	26,54	0,00	4,33	  
				Pincepörkölt	2 381,62	569,77	32,66	44,96	16,76	7,45	0,00	1,78	 
			Sós burgonya	1 019,06	243,80	6,51	0,52	0,06	52,00	0,00	2,88		
Ecetes paprika	92,97		22,24	1,12	0,28	0,00	3,79	1,00	1,98	 			
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				





2024. 04. 04. csütörtök		(00101) Normál szoc.otthon											
V	Füst.trapista	882,82	211,20	15,60	16,20	10,80	0,72	0,30	1,08				
	Csészés margarin 20%	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12				
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 			
	Összesen:	9 760,69	2 335,09	105,02	126,15	48,12	256,76	46,96	24,53				
2024. 04. 05. péntek	(00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Tejeskávé	759,86	181,79	6,90	3,00	1,64	31,58	19,98	0,28	 	
			Zebra rúd	2 394,30	572,80	13,76	13,82	5,36	100,00	15,76	1,18		
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Zselici leves	1 058,32	253,19	20,46	13,04	3,46	13,00	0,66	2,11	  	
			Szilvágombóc	2 379,15	569,18	14,02	10,53	1,08	99,94	0,00	0,53		
			Fahéjas porcukor	343,30	82,13	0,02	0,02	0,00	20,38	19,98	0,00		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Tepertőkrém	2 752,72	658,55	10,58	67,31	24,69	1,81	0,00	3,04	     	
			Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39		
			Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00		
		Összesen:	11 836,21	2 831,65	78,14	109,45	36,64	376,29	103,02	8,53			





2024. 04. 06.

szombat

(00101)

Normál szoc.otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	Csészés margarin 20%	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Eperjam	160,20	38,33	0,56	0,16	0,00	8,22	0,00	0,04		
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
	T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08	
	E	Tarhonyaleves	939,08	224,66	4,99	11,14	2,60	25,48	0,00	2,60	
		Natúr szelet	1 359,66	325,28	27,19	19,15	4,52	10,65	0,00	1,66	
		Parajmártás	988,21	236,41	10,23	10,92	1,76	24,03	0,00	2,26	
		Korpás kenyér	668,80	160,00	5,89	0,81	0,21	31,43	0,82	0,70	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Fokhagymás felvágott	993,17	237,60	6,30	23,34	8,82	0,60	0,30	0,76	
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	
		Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00	
		Összesen:	9 118,52	2 181,45	84,17	75,85	21,55	284,36	31,12	12,49	





2024. 04. 07. vasárnap											
(00101) Normál szoc.otthon											
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
	Tojásrántotta	1 055,59	252,52	13,63	21,32	4,16	1,23	0,00	3,30		
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E	Csontleves (marha)	268,49	55,57	3,57	1,04	0,19	9,90	0,00	1,20		
	Besameles csirkemell	1 648,68	394,42	38,89	18,53	8,49	18,00	0,05	1,36		
	Kukoricás rizsköret	2 066,54	494,39	10,36	10,38	1,23	89,30	0,00	1,99		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Soproni	839,66	200,88	8,22	18,48	6,88	0,18	0,00	1,50		
	Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39		
Összesen:		9 334,80	2 224,53	96,76	72,49	21,66	293,85	61,69	12,74		

.....  
élelmezésvezető

.....  
intézményvezető

.....  
érdekképviselési fórum

