



Tételes étlap 2025.04.07. - 2025.04.13.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 04. 07. hétfő (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 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		
	E Palócleves mir I*sertésTM	885,66	211,88	8,11	13,83	3,41	13,33	0,00	1,48		
	Gluténmentes meggyes-vaníliás	1 772,32	424,00	3,40	21,60	11,60	54,20	2,80	0,40		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	U Zala felvágott	273,37	65,40	3,90	5,40	2,22	0,33	0,00	0,66		
	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:		6 097,76	1 458,80	33,19	80,45	29,09	147,16	6,64	5,40	





2025. 04. 08.

kedd

(00549)

Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év

T	Szendicskrém, vegán (diétás)	204,82	49,00	0,20	4,80	4,20	1,28	0,00	0,28			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77			
	Kápia paprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00			
	E	Lebbencsleves I* D.	523,50	125,24	3,30	4,36	0,49	18,53	0,27	1,41		
		Fokhagymás aprópecsenye I*	1 257,90	300,93	14,14	26,55	7,66	0,98	0,00	1,12		
		Finomfőzelék I* T.M,	989,73	236,78	8,11	6,95	0,77	34,81	4,40	1,31		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	U	Sonkaszalámi	109,10	26,10	3,36	0,84	0,33	1,29	0,15	0,84		
		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:		5 821,30	1 392,66	48,26	60,02	17,94	160,68	10,42	7,47			





2025. 04. 09. szerda (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év												
T	Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	16,13	0,01			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	 		
E	Zöldségkrémleves I*TM	1 191,02	284,93	5,40	22,76	10,37	14,16	0,00	3,16	 		
	Marokkói csirkeragu I*	761,70	71,42	18,77	8,29	1,50	7,33	0,00	0,40			
	Bulgur köret I*TM	1 568,57	375,26	11,06	8,62	1,05	68,28	0,00	0,63			
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:	6 257,08	1 386,11	51,47	63,61	21,44	174,72	19,89	6,74			
2025. 04. 10. csütörtök (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év												
T	Párizsi sertés	294,69	70,50	3,00	6,33	2,16	0,66	0,15	0,60			
	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	 		
	TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00			
E	Paradicsom leves I*T.T.M.	784,00	187,56	3,12	7,96	0,87	25,53	7,99	1,25	 		
	Gyros fűsz. csirkecombf. I*	813,78	74,95	19,24	12,26	2,07	1,62	0,00	1,00	 		
	Burgonyapüré I* T.M.	1 214,49	290,55	5,80	6,80	1,67	50,34	3,23	0,89			
	Céklasaláta, csemege szeletelt	212,30	50,79	1,05	0,08	0,00	11,13	11,11	0,98			





2025. 04. 10	00549	U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11	
			Összesen:	5 121,87	1 099,72	40,31	59,97	20,73	129,81	27,51	5,80	
2025. 04. 11. péntek	(00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	T	Sajt helyettesítő, szeletelt	366,17	87,60	0,15	6,90	4,80	6,30	0,00	0,60	
			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	Tarhonyaleves isk*T.T.M.	351,11	84,00	2,25	0,42	0,04	17,88	0,17	1,87	
			Sárgar.brokkolis pulykaragul*	935,67	220,56	17,67	14,97	3,34	4,28	0,00	1,04	
			Párolt rizs (jázmin) I*	280,67	67,15	0,00	7,43	0,85	0,00	0,00	0,63	
			Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01	
		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:	4 606,66	1 098,80	28,01	49,31	14,74	134,02	13,34	6,33	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

