



Tételes étlap 2025.04.07. - 2025.04.13.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 04. 07. hétfő (00521) Tej-tojás-gabonamentes 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		
	Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
	E Palócleves mir I*sertésGTM	886,12	211,99	7,73	13,79	3,41	13,76	0,01	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		
	Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03		
		Összesen:	5 854,14	1 400,52	21,73	81,38	29,26	143,43	5,47	4,67	





2025. 04. 08. kedd		Tej-tojás-gabonamentes 7-14 év (00521)										
T	Szendicskrém, vegán (diétás)	204,82	49,00	0,20	4,80	4,20	1,28	0,00	0,28			
	Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03			
	Kápia paprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00			
	E	Lebbencsleves isk* G.M.	510,51	122,13	2,37	4,16	0,47	18,80	0,17	1,32		
		Fokhagymás aprópecsenye I*	1 257,90	300,93	14,14	26,55	7,66	0,98	0,00	1,12		
		Finomfőzelék I* G.T.M,	990,61	236,99	7,39	6,87	0,77	35,60	4,41	1,31		
	U	Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32		
		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		
		Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
	Összesen:	5 416,80	1 295,89	35,28	61,22	18,10	147,31	7,75	6,20			
2025. 04. 09. szerda		Tej-tojás-gabonamentes 7-14 év (00521)										
T	Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	16,13	0,01			
	Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03			
E	Zöldségkrémleves isk.*GTM.	484,75	115,97	1,85	6,78	0,77	11,55	0,41	3,09			
	Marokkói csirkeragu I*	761,70	71,42	18,77	8,29	1,50	7,33	0,00	0,40			
	Párolt rizs sulí*diéta	1 509,03	361,01	6,40	9,52	1,10	62,00	0,00	0,80			
U	Paprikás szalámi	476,52	114,00	3,60	8,32	4,26	0,20	0,00	0,80			





2025. 04. 09.												
2025. 04. 10. csütörtök												
2025. 04. 09.	(00521) Tej-tojás-gabonamentes	U	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20	
			Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78	
			Összesen:	5 247,19	1 144,51	32,18	49,50	12,06	161,67	19,12	6,11	
2025. 04. 10.	(00521) Tej-tojás-gabonamentes 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	
			Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78	
			TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00	
		E	Paradicsom leves suli*G.M.	707,23	169,19	2,56	6,05	0,66	25,77	8,00	1,22	
			Gyros fűsz. csirkecomb. 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	
		U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11	
			Összesen:	4 807,34	1 024,47	33,92	59,59	20,89	119,31	25,68	5,78	





2025. 04. 11.

péntek

Tej-tojás-gabonamentes 7-14 év

(00521)

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		
	Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03		
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
	E	Tarhonyaleves isk*G.M.	355,62	85,08	2,25	0,43	0,05	18,10	0,17	1,89	
		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	
		Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01	
	U	Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20	
		Gyümölcsle 0,2- es 100%	192,28	46,00	0,00	0,00	0,00	11,00	10,00	0,00	
Összesen:		4 532,24	1 081,00	23,06	48,61	14,55	135,57	14,00	5,61		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

