



Tételes étlap 2024.04.08. - 2024.04.14.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 04. 08. hétfő (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		
	Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		
	Zöldpaprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	T Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
	E Kakukkfűves apróhús B*	716,27	171,36	8,82	14,74	4,58	0,64	0,00	0,87		
	Tökfőzelék mir. bölcsi GTM.	407,33	97,45	2,37	3,19	0,35	14,52	0,00	0,35		
	U Sárgarépas szendvicsskrém B*	258,73	61,90	3,80	4,58	2,61	1,02	0,00	0,37	 	
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Összesen:	3 581,90	856,92	33,12	30,33	11,49	109,66	1,48	3,46		
2024. 04. 09. kedd (00475) Tojásmentes 1-3 év	R Csipkebogyótea bölcsi	87,22	20,87	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00		
	Zalaikrém házi bölcsi	362,40	86,70	4,85	7,20	3,11	0,62	0,38	0,80	 	
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
	T Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
	E Csőben sült pulyka* bölcsi*GTM	887,91	212,42	11,83	11,10	2,82	15,92	2,00	1,89		


















2024. 04. 09. kedd		Tojásmentes 1-3 év											
(00475)													
E	Párolt rizs B*	901,77	215,73	4,02	4,79	0,56	38,87	0,00	0,50				
U	Gyümölcsjoghurt 125g 0,4% zsír	418,00	100,00	3,30	3,20	2,20	14,00	13,00	0,18				
	Abonett 100g	574,32	0,00	7,33	0,94	0,11	24,72	0,00	0,42				
	Összesen:	4 149,82	855,38	38,60	28,28	9,03	142,64	21,13	4,61				
2024. 04. 10. szerda		Tojásmentes 1-3 év											
(00475)													
R	Tej 1,5dl bölcsi	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17				
	Kukoricapehely (corn flakes)	259,65	62,11	0,69	1,47	0,66	11,38	0,00	0,00				
	Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06				
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77				
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01				
T	Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06				
E	Sertés pörkölt bölcsi	476,59	114,02	8,72	7,96	1,68	1,73	0,00	0,58				
	Karalábéfőzelék bölcsi*GT.M.	535,23	128,05	3,60	4,33	0,50	18,38	1,20	0,78				
U	Harcspástétom 130g	362,69	86,77	0,00	7,90	1,06	1,53	0,06	0,39				
	Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78				
	Retek hónapos	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
	Összesen:	3 840,20	918,71	30,58	29,92	7,25	125,71	2,49	3,60				





2024. 04. 11. csütörtök													
2024. 04. 12. péntek													
2024. 04. 11. csütörtök	(00475) Tojásmentes 1-3 év	R	Tejeskávés bölcse	455,29	108,92	4,58	3,75	2,04	14,12	6,77	0,15	 	
			Téliszalámi	324,15	77,55	3,45	7,05	2,85	0,07	0,07	0,67		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	265,60	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	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
		E	Karfiolkrémleves bölcseGT.M.	283,20	67,75	0,63	4,79	0,55	5,45	0,40	0,50		
			Bolognai Spagetti b.G.T.M.	1 318,07	293,42	8,12	12,67	3,42	41,83	0,00	0,37		
		U	Túrókrém édes bölcse	405,25	96,95	5,92	4,45	2,90	8,18	8,18	0,06	 	
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
			Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01		
	Összesen:	4 799,42	1 126,27	35,82	41,83	14,12	153,73	16,92	3,41				
2024. 04. 12. péntek	(00475) Tojásmentes 1-3 év	R	Tej 1,5dl bölcse	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
			Zala felvágott	182,24	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,10	0,44	  	
			Liga margarin tejmentes 20% zs	265,60	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	Gyümölcsle 100%-os	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00		
		E	Csöbentsült burg. p.mellel B.TM	1 285,46	307,53	12,58	10,68	2,31	38,90	1,60	1,10		





2024. 04. 12. péntek (00475) Tojásmentes 1-3 év	E	Vegyes friss saláta bölcsi	82,91	19,84	0,66	0,10	0,02	3,96	1,00	0,35	
	U	EUROFOUD májkrém kféle 50 gr	0,00	0,00	0,00	0,00	- 0,50	0,00	0,00	0,00	
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
		Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01	
		Összesen:	4 034,28	965,14	34,71	27,58	7,95	139,01	4,20	3,71	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

