



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 (00533) Törökgyoró mentes 4-6 év	T Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00			
	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	 		
	E Palócleves mir O*sertésTM	664,31	158,93	6,08	10,37	2,56	10,00	0,00	1,11			
	Gluténmentes meggyes-vaníliás	886,16	212,00	1,70	10,80	5,80	27,10	1,40	0,20			
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
	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:		4 760,96	1 138,98	26,88	54,86	18,85	131,17	23,18	4,28		





2025. 04. 08.

kedd

(00533)

Törökgyoró mentes 4-6 év

T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00			
	Szendicskrém, vegán (diétás)	153,62	36,75	0,15	3,60	3,15	0,96	0,00	0,21			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77			
	Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
	E	Lebbencsleves O* D.	339,45	81,21	1,94	3,14	0,36	11,40	0,14	1,12		
		Fokhagymás aprópecsenye O*	977,74	233,91	10,59	20,84	5,85	0,70	0,00	0,89		
		Finomfőzelék O* T.M.	740,73	177,21	6,44	4,76	0,52	26,66	3,40	1,02		
		Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,92	0,39		
	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:		4 824,32	1 154,14	37,35	45,51	13,53	145,03	26,28	5,88		





2025. 04. 09. szerda (00533) Törökmogyoró mentes 4-6 év													
2025. 04. 09. szerda (00533) Törökmogyoró mentes 4-6 év	T	Kakaó 0,2l (Pöttyös)	538,44	128,81	7,00	1,00	0,54	22,80	22,80	0,23			
		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 O*TM	404,94	96,88	1,71	5,87	0,66	9,10	0,40	2,06			
		Marokkói csirkeragu O*	574,62	54,36	14,10	6,22	1,13	5,64	0,00	0,31			
		Bulgur köret O*TM	1 034,02	247,37	7,37	5,44	0,67	45,52	0,00	0,52			
	U	Paprikás szalámi	357,39	85,50	2,70	6,24	3,20	0,15	0,00	0,60			
		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:		5 035,87	1 121,64	45,51	36,89	9,51	167,94	43,07	5,42				
2025. 04. 10. csütörtök (00533) Törökmogyoró mentes 4-6 év	T	Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			
		Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40			
		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			
		TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
	E	Paradicsom leves ovi* to	416,98	99,76	1,97	3,16	0,34	15,69	4,00	0,90			
		Gyros fűsz. csirkecomb. O*	652,04	56,22	16,00	9,58	1,65	1,25	0,00	0,77			
		Burgonyapüré O* T.M.	894,81	214,07	4,51	3,81	0,89	39,54	2,81	0,75			





2025. 04. 10.		Törökország		E		U		Összesen:				
2025. 04. 11. péntek	(00533) Törökország mentes 4-6 év	Céklasaláta, csemege szeletelt		159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	8,33	0,74	
		Kókuszgurt 120g		520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11	
		Összesen:		4 384,92	945,33	40,04	46,84	18,96	116,08	20,25	4,86	
		Citromos tea ovi		308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00	
		Szel. gouda sajt (kg)		298,70	71,46	4,99	5,49	3,07	0,44	0,00	0,41	
		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	
		Tarhonyaleves ovi*tojás		225,33	53,91	1,41	0,27	0,03	11,48	0,10	1,25	
		Sárgar.brokkolis pulykaraguO*		716,61	169,25	13,27	11,55	2,54	3,35	0,00	0,97	
Párolt rizs (jázmin) O*		210,50	50,36	0,00	5,57	0,63	0,00	0,00	0,44			
Narancs		173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01			
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:		3 960,37	945,26	27,44	37,87	10,69	120,91	30,98	4,97			

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
diétetikus

.....
Gazdaságvezető

